目　录

佛教慈悲观与道德教育

——湖南师范大学演讲

『 2011年11月18日晚上 』

主持人致辞：

下午好！今天是个非常难得的日子，初冬的小雨，洒在湖南师大的校园，尊贵的索达吉堪布仁波切将为我们作一场关于佛教慈悲观的开示。

慈悲观，是大乘佛教的精华，为了让世界变得更加和谐美好，人人都需要慈悲观的道德教育。慈悲是无私的爱，慈悲是广博的包容，慈悲是人间最美好的礼物，慈悲是心灵最圆满的幸福。

下面让我们以热烈的掌声，欢迎尊贵的堪布仁波切为我们开示——

很高兴来到湖南师大的生命科学院，跟大家一起交流。今天的话题，是“佛教慈悲观与道德教育”。

一、当前急需佛教的慈悲观

在座的很多人，对佛教也许了解，也许不了解。其实，不说佛教中更深的道理，单单是它的慈悲观，就是当前必不可少的。

如今的人们，对科技手段的掌握日新月异，聪明才智也是远远超过了几十年前。然而遗憾的是，好多人特别缺少一样东西，是什么呢？就是慈悲的心态。

你们在课堂上曾学过许多知识，但是有没有学过怎么样做人，怎么样饶益社会，怎么样帮助一切生命呢？你们生命科学院，经常做各种动物的解剖，来研究生命的本质，可是大家有没有想过每一个生命都是平等的，都渴望快乐而不愿感受痛苦呢？

曾有一句名言说得好："注意你的心态，它会成为你的语言；注意你的语言，它会成为你的行为；注意你的行为，它会成为你的习惯；注意你的习惯，它会成为你的人格；注意你的人格，它会影响你的命运！"

所以，一个人的心态，会直接决定未来的命运。如果没有慈悲的心态，人生难免会以悲剧告终。

那么，到底什么才是“慈悲”？对此，龙猛菩萨在《大智度论》中解释得非常清楚。他是这样讲的：“大慈，与一切众生乐；大悲，拔一切众生苦。”也就是说，“慈”是给一切生命带来快乐，“悲”是让一切生命远离痛苦。当然，这里的“一切生命”，不仅仅是人类，还包括所有的动物。

然而，现在人们非常缺乏这种理念，一看到动物，第一个念头往往就是：“它的肉能不能吃，皮能不能穿？”不但对动物如此，包括对于人类，有些人也打着“人不为己，天诛地灭”的旗号，为了一己之利，不惜损害许许多多人的健康。

比如，一些药厂通过不正当的手段，制造各种假药害人；食品行业经常有耸人听闻的内幕曝光，大家对此也司空见惯；医院里的“白衣天使”，不知从何时起，救死扶伤的光环已悄然褪色，变成了人们口中的“黑白无常”；还有一些老师，原本是“人类灵魂的工程师”，现在也沦为了误人子弟的元凶，甚至前不久杭州有个女老师，提出“宁可为妓，绝不为师”的口号，引起了国内外一片哗然。

在这种大环境的影响下，有些高校培养出来的天之骄子，也开始纷纷放弃底线，为了钱什么都肯干。听说有个北

大才子毕业后，由于找不到工作，就以卖猪肉为生。当地县委书记觉得太屈才，特意给他安排了一个好工作，可是他不太会做人，与人交往的能力特别差，跟谁都合不拢，最后实在没办法，只好又回去卖猪肉了。

现如今，人们的伦理道德日损，这不仅跟社会风气有关，跟学校的教育也有极大关系。假如学生平时耳濡目染的，都是赚钱的好处、发财的方法，除此之外，对大众没有任何责任感，对自己没有任何道德约束，那人类的未来只会越来越可怕。美国总统罗斯福也说过："培养一个人的心智而忽略道德，无异于给社会树敌。"



二、佛教的慈悲遍及动物

鉴于此，我们很有必要了解一下佛教的慈悲观。

一个人如果没有慈悲心，内心只有对物欲的贪婪，就会不择手段、损人利己，到头来不但害了别人，也会害了自己。正如佛经中所言："贪爱毒之过，能害一切人。"而要想真正生起慈悲心，最好是从佛教中汲取。

为什么呢？因为佛教的慈悲范围最广。像儒教，虽然提倡"仁"，认为在仁、义、礼、智、信中，"仁"是最高的境界。但他们的"仁"也仅限于人类，为了父母等，也有杀鸡捕鱼的现象存在。相比之下，佛教的慈悲，跟其他宗教不同的是，它不会伤害任何生命，包括动物在内，诚如《大庄严论经》所言："佛法大慈悲，终不伤害物。"

特别伟大的圣天论师，在《四百论》中亦云："如来所说法，略言唯二种：不害生人天，观空证涅槃。"也就是说，释迦牟尼佛所宣讲的一切法，概括来说有两种，一种是通达万法皆空的智慧，一种就是不害任何众生的慈悲。

这种慈悲，不单单是一种口号，而且淋漓尽致地展现在佛教的方方面面。就拿藏传佛教中的"藏医"来说，从古至

今，从未做过动物的活体解剖；藏药里所有的动物成份，都是在动物死后才入药的。藏医的治病理念，是给予众生安乐，但绝不把人的安乐与杀生划上等号。

其实，不杀生，并不代表不能治病。唐代“药王”孙思邈，在《千金方》中就非常反对杀生，他曾一针见血地指出：“杀生求生，去生更远。”意思是什么呢？为了保全自己的生命，而去杀害动物的生命，只会让自己离“生”越来越远。

现在有些人，为了所谓的营养，就炖鸡鸭、吃鱼虾，并习以为常，从来没有想过有什么不对。其实，你吃这些动物，不但不会延年益寿，反而会给自己的生命带来极大危害。这是一种因果规律。

当然，对动物要心怀慈悲，并不只是佛教徒才这样提倡，如今越来越多的爱心人士，也完全支持这种观点。今年 11 月，在英国伦敦街头，著名的电视节目主持人、演员萨拉·霍尼韦尔，上演了一次反对肉食的行为艺术。她半裸着躺在一个巨大的盘子上，周围摆放着假的薯条和青豆，盘子旁边是善待动物组织[1]的标语：“设身处地想一下你盘中动物的处

[1] 善待动物组织 PETA，拥有超过二百万名会员，是全球最大的维护动物权益组织。

境。”她的这种行为艺术，就是希望激发人们对盘中动物的同情心。

印度伟大的和平主义者“圣雄”甘地，也曾说过：“从对待动物的态度上，可以判断这个民族是否伟大、道德是否高尚。”这句话可谓意义深刻，理应引起我们每个人的重视。

有些年轻人听了，可能不信这一套，难以接受这种理念。但等你年纪慢慢大了，有些道理通达了，就会体会到生命的珍贵，明白每一个生命都值得我们尊重。

昨天，我们在一个公园组织放生，有一位大学老师也参加了。她说自己差不多二十年前，就在这个公园办过婚礼，当时由于不信佛，婚宴上杀了很多生命。如今，她对往事非常后悔，希望多参加放生，也算是对当年的一种补偿。

所以，真正的慈悲，不仅仅是对人类，还应包括我们身边的动物。

三、出家对父母是不是一种不慈悲

或许有人提出疑问：“既然佛教如此慈悲，那为什么让人出家，弃父母于不顾？如此不孝，岂不是与慈悲直接相

违？”

其实这是一种误解。由于一些电影和媒体的错误引导，如今很多人对出家的认识，都是负面的居多，根本不知道出家是最大的孝顺。

要知道，人的生命不仅仅是这一世，对父母的孝顺，也不是给他们一些钱，经常去看看他们，就可以了。从长远来看，以金银财宝、饮食衣物供奉，不能圆满报答父母的恩德，唯有引导他们行持正法，才是真正报答了双亲之恩。就像《不思议光菩萨所说经》中所言："非饮食及宝，能报父母恩，引导向正法，便为供二亲。"

莲池大师也讲过："亲得离尘垢，子道方成就。"只有让父母彻底离苦得乐，子女才能成就孝道。莲池大师还把孝分为三种：孝、大孝、大孝之大孝。其中"大孝之大孝"，就是令父母永远离开痛苦、获得快乐，这才是最值得追求的，也是出家后可以给父母带来的。

因此，作为子女，自己一定要多行持善法，同时，尽量劝父母不要杀生、行善断恶，这样对他们生生世世的安乐才最有利。所以，从各方面来了解佛教，这一点很重要！

四、国外对佛教慈悲观的尊重

现在汉地很多学校，由于各种原因，基本上没有重视佛教的理念，这一点特别可惜。在国外，像泰国，把佛教跟学校教育合为一体：许多学校的顾问或主要负责人，都是佛教徒、出家人，学校的教学内容也与佛教有关，并且每个礼拜要参禅、念经等，甚至高等学校还有更深一层的教学内容。这样久而久之，绝对可以引发大众的慈悲心，让越来越多的人懂得关爱众生。

还有英国，前几年已立法规定，将佛教列入中小学课程。他们认为，佛教以缘起法、四圣谛为基石，符合当今科学，易为西方人所接受。而且，佛教倡导五戒、十善、四摄、六度，又主张慈悲、和平、非暴力，对提升社会道德、维护社会安定，起着极其重要的作用。

可见，佛教的慈悲观，对现代人来说不可缺少。它虽不像很多时髦的东西那样吸人眼球，但就如水和空气，淡得让人察觉不到它的存在，可在任何一个环境中，离开它都不会



活很久。

五、慈悲观是真正的道德教育

当然，你们也许特别想听：怎么样保养身体？怎么样让自己快乐？修什么法马上减轻压力？……而一听到所谓的“慈悲观”，不少人就兴致索然、昏昏欲睡。

其实，你们将来在社会上不管做什么，最需要的，就是今天所讲的内容——慈悲。如果没有慈悲的心，没有关爱他人的心，整天不顾一切追名逐利，那你就算拥有再多的物质财富，对社会也是有百害而无一利。

大乘佛教的慈悲，提倡关爱一切众生，这对很多大学生来讲，可能太高了，恐怕很难做到。但即便如此，起码你也应具有一颗善良的心。俗话说：“人之初，性本善。”善良，实际上是每个人的天性，有些人的善心就算暂时被蒙蔽了，但只要后天的方法得当，也可以让它慢慢苏醒过来。

尤其在大学里，如果对佛教的慈悲观有一些了解，比如，慈悲还包括缘众生的慈悲、缘法的慈悲、无缘的慈悲，并将它的教义深入挖掘，同时多学习一下《大智度论》等大乘论

典，这对大家来讲，肯定有很大的利益。

退一步说，假如你实在对慈悲没兴趣，也可以先认识一下佛教的智慧。佛教虽然起源于 2500 多年前，但如今最尖端的天文学、地理学、宇宙学、量子力学、医学、生命学、社会学等，这些内容无不涵摄，而且从中都能找到最准确、最究竟的答案。

所以，佛教的高深莫测，当今许多知识分子需要了解。若能如此，你得到的只有利益，而不会有任何损害。

现在有些人喜欢胡思乱想："我对佛教不能学得太深了，不然，以后会不会出家了？"这一点，你大可不必担心。在佛教中，有对出家人的教言，也有对在家人的教言。佛陀并没有要求，每个人只要一学佛，就必须看破红尘，到山里去出家。因此，希望以后大家对佛教，不要有这么多的误解，而应正面学习一下许多经论的教义。

这个社会，如果人人有一颗慈悲心，多为他人着想，其实很多悲剧就可以避免。前几天，甘肃有一辆幼儿园的校车被撞，事故原因是严重超载，只能载 9 个人的车却装了 64 个人。这起交通事故，造成了 21 人死亡，43 人受伤，引起

了人们的广泛关注。事发后，当地一些领导被停职调查，全国各地开始高度重视校车的安全，很多新闻被炒得沸沸扬扬……

如此亡羊补牢，虽然也很有必要，但如果人们心怀慈悲，经常关注孩子的安全，把别人的孩子当自己的孩子看，许多危险就可以防患于未然。所以，这个社会真的需要慈悲，人人若都有这种理念，把慈悲当成理所当然，就算不能杜绝一切恶行，至少也会减少很多悲剧的发生。

所以，今后的学校教育，理应把培养慈悲心这一块放在首位。不然的话，我曾看过一本《道德发展论》，里面就讲了，无论是任何国家与民族，如果完全抛弃了道德观念，个人利益与社会利益就会经常发生冲突，最终导致天下一片混乱。

你们在座的师范学生，以后有些人肯定会当老师，在这个过程中，你的想法与行为，必会潜移默化地影响你的学生，所以，大家不能成天只想着自我，而置社会的利益于不顾。现在不少大学生，只想自己找个满意的对象，组建一个舒适的家庭，钱再赚得多多的，这就是一辈子追求的目标。至于社会需要自己做点什么，压根从来就没想过。相比之下，以



前完全不是这样，古人读书是“为天地立心、为生民立命、为往圣继绝学、为万世开太平”，可是现在的学生们，谁有这样的万丈豪情？

其实，就算你日日夜夜为了钱奔波，不惜一切代价只想发财，可最终能得到什么呢？揭开外表的繁花似锦，只剩下了内心的“压力山大”。对一个人来说，身体不健康了，可以到医院去治疗；而如果教育缺“德”，从而导致了心理不健康，那到任何一个医院去，都无药可救。

所以，在座的各位，今后对道德教育不得不重视。无论你从事什么教育行业，都应想办法教学生怎样做人，灌输一种善良的教育，同时也应让他们懂得孝顺。这方面，可以学

习《弟子规》、《三字经》、《千字文》、《孝经》、《论语》等传统文化，也可以学习《善生经》、《盂兰盆经》、《父母恩难报经》等佛教典籍。

通过这样的学习，很多人的善心就会慢慢涌现，哪怕帮别人一点点，或是孝顺自己的父母，也完全是出于一种自觉，而不是被动的，这样的社会才有希望。不然，人人眼里只有自己，就像开车时人人都往前冲，最后只会令交通堵塞，谁也过不去。如此，受害者到底是谁？就是你自己。

因此，利他就是利己，无私的慈悲心，是世间上最好的礼物，能带我们步入快乐的坦途。希望在座的每一个人，以及你们将来培养的每一个人，可以将慈悲的阳光遍撒于整个世界，开启芸芸众生的幸福心莲，让每个人绽放出美丽的微笑！

附：

湖南师范大学问答

『 2011年11月18日晚上 』

（一）问：我是来自长沙大学的老师。最近在看一位法师的弘法讲座，他说："佛经是一半骗一半劝。骗是为了劝，开始都是骗大家，让大家产生敬畏之心，但最终的目的，是劝大家断除贪嗔痴慢疑。"对于这句话，您是否赞同？

答：他说佛经一半是骗人的，这个我肯定不承认。我学习佛法、研究佛法这么多年，没有一刹那这样认为过。

只不过，佛经有了义、不了义之分。所谓的不了义，是为了接引根基不够的众生，暂时给他讲一些特殊法门，到了最后，待他的根基成熟了，再慢慢宣说究竟的法义，引导他进入更深一层的境界。如果把不了义认为是"骗"，用词可能不太恰当。

要知道，语言有贬义词、褒义词之别。作为佛教徒，对



佛经的金刚语，应该有正面的评价。为什么呢？因为佛陀确实是真语者、实语者、不诳语者，纵然大海离开了波浪，佛陀也不会欺骗众生，这是前辈大德异口同声赞叹的。佛陀所讲的每一字、每一句、每一个道理，都是颠扑不破的无价之宝，不论过了多少时代，也都经得起推敲与观察，所以，这并不是一种欺骗。

（二）问：我是酒店管理专业的。请问，佛教慈悲观对当代大学生最重要的作用是什么？

答：佛教慈悲观对当代大学生的作用，是方方面面的。现在很多人追求金钱，但实际上，就算你拥有很多钱，可以

买车、买房子，百般享受也随之而来，你也不一定真正快乐，钱财也很难陪伴你一生。而你心里若有一种慈悲观，这种“财富”就会用之不尽，无论你在人生中遭遇什么，面对它都可以游刃有余，同时还能帮助身边许许多多的人，这样的生命非常有意义。

所以，希望大家能渐渐意识到，真正的幸福，并不是建立在物质上。现在人们提倡“低碳”生活，而我们佛教中提倡“低贪”生活，只有贪心越来越少，才能减少不必要的欲望，以随缘心来面对一切。这样的人不管在哪里，即使住的是露天郊外、吃的是粗茶淡饭，也会感到心满意足。否则，一辈子都在贪心的驱使下，拼命地往前追、往前赶，到了死时，才发现人生竟然如此苍白，这时候叹息也没有用了。

问：作为一个大学生，怎么样才能生起这种慈悲观呢？

答：慈悲观的产生，不可能一蹴而就，而需要一个长期的过程。在这个过程中，不但要有善知识的引导、好友的鼓励、家人的影响，以及经常翻阅大乘经论。更重要的是，还要有自己与生俱来的善根。

没有善根的人，听了多少佛教的慈悲理念，也一点感觉

都没有；反之，前世若是修学过大乘佛法，即生中上师稍微指点一下，哪怕只听了一次短短的讲座、看了佛经中的只言片语，自己的善根也能马上苏醒过来，从此人生有着巨大的改变。

在佛教中，这被称之为“福报”。有福报的人，经常会有一些佛缘；没有福报的人，总是遇到各种魔缘。所以，每个人的根基和因缘不相同，生起慈悲观的程度也不一样。

（三）问：我是历史学专业的学生。请问，佛教对生死持什么样的观点？

答：佛教对待生死，跟世间人完全不同。世间人一般认为，一个人的出生，如同大地上长草一样，突然就冒出来了；一个人的死亡，如同灰尘被风吹走了一样，说没有就没有了。但事实上，每个人并不是只有这一世，无始以来，我们在生死中流转了无数世，只不过现在不记得了而已。而且就算我们这一世死了，生命也一直会延续下去，并不会以此而中断。

所以，佛教中为什么劝人要多做善事？就是因为如果你没有做善事，经常杀生造恶业，也许今生中果报没有现前，

但是在来世，它一定会成熟在你的身上。一切苦乐皆自作自受，故望大家不可不慎!

问：我们作为宇宙中的一粒尘埃，应该怎样对待生死？

答：要永远行持善法、永远断除恶法。“诸恶莫作，诸善奉行”，这就是佛教对我们行为的基本要求。若能如此，将来你无论转生到何处，都会感召快乐。

也许有人觉得：“不可能吧，从小到大，老师就没有这么讲过，父母也没有这么讲过。”其实，有些真理，老师和父母也不一定懂，毕竟他们的成长环境跟你相似，不明白这些也不足为奇。尽管他们在某些层面上，对你的人生有诸多指点，但在生死大问题上，他们却跟大多数人一样茫然无知。

其实，我跟你们年轻人交流，只有一个想法，就是希望更多人懂得生命的这种延续，明白“善有善报、恶有恶报”。这样的真理，在佛教中讲得特别清楚，并不因为我是佛教徒，想拉拢你们，就拼命地自卖自夸，说佛教如何如何好。每个人都有自己的缘分，信不信这些，完全是自己决定。但大家不要因为是大学生、是大学老师，未来似乎有美好的前程、有丰厚的待遇，就以傲慢心来掩盖一切。

你们以后有时间的话，还是应研究一下大乘佛教，看里面到底对生死是怎么讲的。古来许多高僧大德都强调“生死事大”，生死，确实是最应关注的终身大事。很多人认为找个对象，一辈子相依为命，就叫做终身大事。但实际上，这也不是什么大事，夫妻两个人一起生活，最多只有几十年，然后就没什么感觉了，而只有生生世世的快乐和痛苦，才是每个人最需要重视的，才是你们的终身大事！

（四） 问：现在有个慈善家叫陈光标，捐出的善款已达几亿人民币。但他做慈善非常高调，比如，他会砸掉自己的大奔，要求员工和他一起骑单车上下班，以此提倡低碳环保；或者他本人五音不全，却办了一场个人演唱会，给参加演唱会的农民送猪、送拖拉机、送红包……如今不少舆论都抨击他是在作秀，不知道在佛教里，是否赞成这种高调的慈善行为？

答：关于他的有些报道，我也看过，但具体情况是怎么样，我没有详细了解过，所以不敢妄自评论。

总的来讲，假如自己所做的善行，真的对别人有利益，就算高调一点也无可厚非。像比尔·盖茨、巴菲特，他们举

办的慈善晚宴，也都比较高调，在很多公开场合，也常常宣扬慈善理念，这一切不但不值得抨击，反而理应随喜。

当然，一个人的善行若是表里不一，有很多漏洞的话，慢慢也会被人们发现的。如今中国的慈善，还有很多不完善的地方。前不久，创立“壹基金”的李连杰就说：“中国的慈善，若想达到美国的标准，起码还需要三十年。”的确，如今慈善缺乏相应的立法，因此，有些慈善家的慈善行为，确实还有待规范化。

不过，按照佛教的观点，一个人的善举只要对众生有利，哪怕高调一点，也没什么大问题。毕竟别人一般不敢出头露面，他却顶着众人的攻击，为了利他而不顾自己，这种精神相当可贵。当然，也有些人打着慈善的旗号，为了自己而大肆敛财，种种行为特别恶劣。所以，这些方面很难下定论，大家需要睁开智慧的眼睛，然后细致地作取舍。

（五）问：我是经管系自然环境与城乡规划管理专业的。一直以来，我很崇尚佛教的慈悲观等教义，但近年来，当我出入一些旅游景点，发现宗教逐渐被商业化时，觉得很愤怒、很痛心，甚至会敬而远之。请问，您如何看待现在宗

教商业化的问题？正统的佛教，未来在这个物欲横流的社会中，应当怎么样立足？



答：你这个问题很好！你的感觉跟我有一个地方相同，就是看见许多宗教场所被商业化时，自己很痛心、很伤心。但不同的是，我并没有特别愤怒，也没有对谁生气，因为这种现象的产生，可以说是众生的共业所致。

当然，你提的这个问题，确实是个问题。现在汉地许多寺院，都在卖门票，人们花了很多钱进去以后，基本上听不到佛教的教义，只是看到一些佛像。这些佛像在他们眼里，好像也跟美国白宫旁边的华盛顿塑像，没有什么区别，寺院完全变成了一个旅游景点，这种现状令人悲哀。

其实，我在极个别寺院也讲过，现在有些寺院，根本不需要很多钱，该造的殿堂已经造完了，出家人也没有用过这些钱，那么，供养三宝的钱都哪里去了？大家应该好好观察。作为当地政府，最好不要把寺院当成赚钱的工具。如今很多寺院没有自主权，好多决策都是政府在操控。游客去寺院买门票的钱，大多数也落到了政府手里。就算是为佛像贴金、对佛像作供养，钱也不一定 100%都能用上。

而我们藏地，除了极个别的大寺院以外，到目前为止，许多寂静地方的寺院，并没有沦为旅游景点。有人去那里朝拜的话，不用买门票，而且有法师讲一些佛理，让大家回去时内心满载而归，原来对佛教不懂的地方，这次终于恍然大悟了。可是在汉地，据说有些老板把寺院全部买下来，让一些人假扮成和尚，花言巧语地骗游客，让这些人掏很多钱求保佑，结果钱却落入了他们的腰包……

这种现象特别可怕！作为一个佛教徒，我再次呼吁：佛教道场跟旅游景点要分开。旅游景点，可以让旅游局来管理；而佛教道场，谁都可以去，不用买门票。进了佛教道场以后，大家不仅可以朝拜佛像，同时，还要有法师给他们讲经说法。

如今想了解佛法的人特别多，包括大学生等年轻一代，

也对佛教非常感兴趣。然而，现在最缺的是什么？就是传法的人。假如出家人把佛教最简单的慈悲观、利他观，经常给大众灌输，那么别人去寺院哪怕只有一次，也能对他的一生都有帮助。

（六）问：我是服装设计班的学生，是个无信仰主义者，今天的问题若有冒犯，还请您谅解。现在科学证实，动物蛋白质可使人体更强壮，但佛教却不主张杀生；科学认为，人的生命是从一个受精卵开始，而佛教认为生命是在不断轮回。那么请问，您觉得科学发展与佛教文化怎么样共存呢？

答：我特别喜欢非佛教徒的问题！你们的提问，有时候对我似乎更有价值。

佛教与科学，并不是截然分开的。科学分为三种：自然科学、社会科学、心智科学。其中的“心智科学”，在 20 世纪以前，科学家研究得很少，直至 20 世纪末、21 世纪初，西方才开始关注这一领域。像如今的哈佛大学，在研究生命真相、前世后世存在、轮回的科学性等方面，就有着前所未有的一些突破。

你说现在科学证实，动物蛋白质可使人体更强壮。但这种观点，并不是每个科学家都支持的。像著名的科学家爱因斯坦，当年就反对肉食而提倡素食[2]。

现在人们常常听到“科学证实……”，有时候也不一定就是科学，而是一些广告。好多营养品，明明对人体不利，却打着“科学”的旗号，堂而皇之地走进千家万户。而在西方，许多营养学家和医学家，从来不吃这些营养食品，因为谁也不敢保证里面添加了多少有害物质。

此外，你说科学认为人体源于精卵结合，这是以前的一种观点。现在很多公认的科学家，也正在探索生命是否可以延续、前世后世是否存在等问题。这些方面的案例，我在其他学校也引用过，希望你有机会的话，可以详细阅读一下这方面的书。

（七）问：我是树达学院的一名老师。佛教讲“上报四重恩”中，就有一种恩叫父母恩。但现在很多学生对父母有想法，平时对父母的伤害，也往往最大。请问，我们应该怎么样对待父母?

[2] 1930 年爱因斯坦写过一段话：“虽然因为外界环境的限制，我不能成为一名严格的素食者，但在理念上，我一直都是素食支持者。”

答：报答父母的恩德，对每个人来讲非常重要。按照佛经的观点，即使将父母扛在自己的肩上，转绕整个宇宙，也报答不了父母之恩。很多佛经中，都提到了对父母要报恩，当年虚云老和尚三步一拜朝五台山，也是为了报答父母的大恩。

现实生活中，有些孩子跟最亲近的父母，往往冲突最大，这种现象不太好。《弟子规》中讲过，父母哪怕不小心做错了什么，也应以柔和的语言跟他沟通，不要惹他生气；如果他特别生气了，这时候就不要说，等他心情缓过来了，再慢慢跟他讲；假如实在讲不通，作为子女，也要尽量随顺。

有些子女可能因为前世的因缘不好，整天跟父母吵吵闹闹，对此，自己一定要忏悔，并要学会理解父母，这样就能化解一些。不管怎么样，父母显现上再不对，子女也不能太过分，而应以一种感恩心来对待他们。

（八）问：我是酒店管理专业的。利用暑假课余时间，我偶尔会参加一些公益活动，见到了许多需要帮助的孩子。如果有两个孩子同时需要救助，一个治愈的希望大，一个希望小，而一笔资金只能帮助一个孩子时，许多人就会选

希望大的孩子。但我认为生命是平等的，这对另一个孩子不公平。请问，如果从佛教的慈悲观出发，您会作怎样的选择？为什么？

答：这个难度比较大啊！我以前也碰到过。有一次，我遇到两个病人，一个说是癌症晚期，没办法救了；一个还有活下去的希望。当时，施主只能资助一个人的治疗费，他们就问我怎么办。

其实，从生命的意义上讲，每个生命都是平等的。但当时医生已下“病危通知书”了，说那个人病入膏肓、无药可救，把钱花在他身上也是杯水车薪；而另一个人，医生说还有一分希望。后来，我们经过共同商量，决定把钱用在另一个人身上。

从个人的角度讲，我们跟这两个病人非亲非故，对他们完全是平等的。可是若以医生的语言为依据，为了把钱花在刀刃上，不辜负施主的一番托付，我们只好作出了取舍。的确，没过两天，癌症晚期的病人就去世了，万一钱用在了他身上，希望也不是很大。

在我们的人生旅途中，常常会遇到这种情况，此时，一

定要跟大家共同商量。佛教中也讲民主，世间人“少数服从多数”的原则，跟佛教的羯磨仪轨比较吻合。不然的话，让我一个人做主，也害怕担不起这个因果。所以，在这些问题上，大家还是要有民主意识，跟相关人员来商量决定。

（九）问：我是旅游管理班的。您刚才说“善有善报、恶有恶报”，那么，我们在做善事时，如果为了追求一个善报，是不是体现了人性自私的一面？

答：佛教中做善事，层次是不相同的：

最低的层次，行善是为了追求善报，今天我供养佛陀、做善事，是想自己未来获得快乐。

中等的层次，是把我做善事的功德，回向给天下无边的众生，让众生得到快乐。

最高的层次，是明白所做的一切如幻如梦，我做的善事和“我”全部不缘，安住于远离四边八戏的空性中，这叫做三轮体空。

当然，也有人连想获得善报的概念都没有，只是随顺别

人做一个善事而已。

所以，做善事有很多种，并不只是为了求一个善报。



（十）问：当今全球面临严重的精神危机，到处都存在着“压力山大”，我们个人也要面对生活上、工作上的许多压力。我想问一下，这些大到全球、小到个人的压力，佛教中如何来化解？有人说要放下，但压力不是说放下就不存在了。

答：压力太大了，往往是由于欲望太大了。所以，即

使大家不能完全放下，至少也要懂得知足少欲，生活上一切随缘，不要让心中的贪欲过度膨胀。

假如你们对生活的要求特别高，一定要买几套房子、几辆车子，一辈子当房奴、当车奴，到死也没有还完债，这样的人生，压力肯定特别大。所以，佛陀告诉我们，应该降低贪心、减少欲望，尽量地知足少欲。同时，还要懂得谅解别人，不要稍有一点点不开心，就马上怨天尤人，抱怨社会、抱怨父母、抱怨身边的人。

其实，按照佛教的因果理念，你这一世若有福报，财富便会不求自得；没有福报的话，再怎么样拼命追求，也只会让自己越来越穷。所以，希望大家能明白一些佛理，以随缘的心来面对一切，如此才能活得自在，这也算是一种放下。

（十一）问：我是一名老师，听了您的演讲，我们很受启迪！慈悲心对个人、家庭和社会，确实非常重要。但在生活中，我跟朋友聊慈悲心时，有个朋友曾反驳说："你在高校里当老师，面临的压力没有那么大。我在公司里，竞争特别激烈，如果发起慈悲心，就没有立足之地了，甚至连饭碗都没了。"我自己学得不好，不知该如何回答他，请您

开示。

答：对于大乘慈悲观，别人不了解也是正常现象。因为这是非常深奥的一种境界，有些人以前从来没听说过，所以，不能接受也情有可原。

但这种思想，对人类社会十分有利，因此，我们不管遇到什么挫折，也应全力以赴地给别人宣讲。有些人就算一开始接受不了，但慢慢地，也会从误解到了解、从了解到通达，最后，假如他从中受益匪浅，就愿意把这种精神传递给相关的人了。

真理，本来就掌握在少数人手里，不一定人人都能明白。但只要我们以一种对社会负责、对人类负责的善心，将此传授给有缘的人，久而久之，他们应该会接受的。

问：我还有个想不明白的地方：慈悲心有没有国界呢？

答：真正的慈悲心，不分国界、不分民族、不分地域、不分信仰。只要众生受苦受难，我们有能力的话，就应该无有任何偏袒心，去救济他们、帮助他们。

当然，慈悲心的范围，还要包括动物在内。现在我们最缺的是什么？就是对动物的慈悲。昨天我上飞机时，看到托运行李的几个工作人员，在搬行李箱时，见到有几箱兔子，就故意一个个使劲扔，看见兔子的惊慌失措，他们开心得哈哈大笑。当时我特别不忍心，但也没有办法，只好在飞机里默默念观音心咒。其实动物也是生命，从这小小的行为中，也能看出来有些人的残忍。

所以，我们的慈悲心，一定要像阳光一样，遍及动物和其他人的身上。阳光的普照，不分什么国家、什么种族，同样，我们对所有的众生，也务必要一视同仁。

（十二） 问：我十几年来深受精神障碍的困扰，我有一种强迫症，或者叫恐惧症，是从小就与生俱来的。我一直觉得自己是世上最不可救药的，根本没有自信，不可能得到救赎。虽然现在学佛后好了很多，但在全国，像我这样的病例非常多，医学却没办法治疗。请问上师，如何才能消除这种痛苦？

答：假如今生患有一些恐惧症，按照《俱舍论释》的观点，是前世故意乱抛一些小生命，让它产生恐惧心所招致

的果报。若能经常念药师七佛的名号[3]及《药师经》，对遣除这样的痛苦和疾病很有帮助。

倘若你有更高的境界，还可以观想：“世间上有许多像我这样的受苦者，愿他们的痛苦我来代受，我的快乐回向给他们。”如此修持自他相换，也能迅速减轻自己的痛苦，并逐渐获得康复。

（十三）问：请问，您有兄弟姐妹吗？

答：有。

问：如果您没有兄弟姐妹，您会出家吗？

答：会。

问：为什么呢？因为中国文化强调“不孝有三，无后为大”，如果您是独生子女，那么，您这个抉择算不算不孝呢？

---

[3] 药师七佛的名号：南无善名称吉祥王如来、南无宝月智严光音自在王如来、南无金色宝光妙行成就如来、南无无忧最胜吉祥如来、南无法海雷音如来、南无法海胜慧游戏神通如来、南无药师琉璃光如来。

答：你问得很好！很多人担心我答不上是吧？呵呵，我遇到过很多，没问题啊。

以前我出家时，家里还有一个弟弟、三个妹妹，但并不是因为有了他们，我就可以放心地不管父母了。藏地和汉地的文化背景有些不同，一般在我们藏地，家里出一个出家人，是无比光荣的事情。即使父母没有人养，他们晚年也可以到寺院附近，过安详的生活，不会有任何怨言。

其实，刚才在演讲中我也提过，按照莲池大师的说法，真正的大孝，不一定是给父母房子、财物，而是应该对他们的生生世世负责。表面上看来，出家后似乎无法对父母尽孝、承欢膝下，但实际上，子女出家修行的功德，对父母绝对是有利的。

在我们佛学院，有些汉族人出家，刚开始时父母也很不理解。但到了后来，这些父母接触了佛教后，慢慢开始学习，甚至自己也出家了。

所以，我的回答很简单：无论我是独生子，还是有其他兄弟姊妹，由于明白了佛教可以给众生带来什么，所以都会选择这一条路。而这种选择，可以真正报答父母的恩德。

问：通过媒体，我们常看到一些僧人开宝马，手里拿iPhone、诺基亚。虽然这也是很正常的，但我想问，这些东西是怎么来的呢？

答：这种现象，可能要从两个角度来理解：一方面，佛教徒不一定全部是好的，里面也有一些“腐败分子”。像有些出家人，把信众做功德、做慈善的钱，自己偷偷拿去享用，该做的功德却没有做，这种因果报应非常可怕。

还有一种情况是，对于有些上师，为了方便弘法利生，施主供养他一辆车，或者其他财富。按照施主的意愿和要求，这个东西必须他用，这样也是可以的。佛教的《毗奈耶经》中讲过，倘若你前世福报很大，今生不需要勤作就腰缠万贯，那就算是一个出家人，所住的房屋价值五百金钱，也是允许的；所吃的东西具足百味，也是可以的[4]，这些都不算违背戒律。

现在是 21 世纪，出家人不一定都要穿破烂的僧衣，个别人有能力的话，也可以享用自己的福报。但若是通过不正

[4] 《根本说一切有部尼陀那》云：“佛言：汝等若以信心投我出家情求涅槃修净行者。此诸苾刍所著衣服直一亿金钱。所住房舍直金钱五百。所啖饮食具足百味。如是等事我皆听受。汝并堪销。”又《根本说一切有部百一羯磨》云：“佛言：我今听许。诸有发心求涅槃人。来诣我所。修净行者。所著衣服价直百千两金。所住房舍价直五百。所啖饮食六味具足。此等供养悉皆销受。”

当的手段来敛财，那么“好花不常开，好景不常在”，迟早会受到今生或来世的各种报应。

所以，这个问题不能一概而论，需要一分为二地去分析。



（十四）问：我是刚学佛不久的一个佛子，接触佛法之后，我觉得爷爷奶奶非常可怜，因为他们年纪很大了，特别害怕死亡，但又没有信仰，每天都在等死的心态中度过。而藏族的老人非常有信仰，每个人都很快乐。请问，汉地老人应该怎样学佛，才能断除对死亡的恐惧？

答：你说得很对！我经常也有这种感觉，在我们藏地，很多老人从小就念佛，死时也念佛，所以大多数对死亡并不害怕，只是把它当成换一件衣服而已。而汉地的很多老人，由于没有信仰，到了临终时，特别恐惧、无依无怙，许多现象看起来非常可怜。

在座年轻活泼的学生们，其实在不久的将来，也会面临这样的痛苦。那个时候，不知道你有没有一点把握？假如大家在年轻时、在有精力思考时，懂得了生老病死的真相，到了那时，内心就会有一分坦然。

当然，你们因为环境的影响，可能完全没有这种概念，一下子转过来也比较困难。但即便你不信佛教，也可以思考一下佛教所讲的道理。假如它确实言之有理，那你为什么不接受呢？不接受的原因，是教育导致的，还是因为它不是真理？……若能这样多方面观察，并逐渐深入了解佛教，那么在以后面对死亡时，就不会特别无助了。

否则，一旦等你们老了，才让我讲一个道理，叫你马上就不怕死，这有一定的困难。所以，希望大家对死亡还是要尽早准备。

（十五）问：我是中南大学西南分院的职工，请上师慈悲摄受。我看到一个不学佛的人对佛法萌生了兴趣，就给他推荐您大学演讲的书来看，这对他很有启发。请问，您经常不辞辛劳地去许多大学演讲，这是源于什么初衷呢？

答：不管是佛教徒、非佛教徒，许多人都有一个美好的愿望，就是希望全人类得到快乐。今天我来到这里，虽不敢说自己内心一尘不染，但也是因为看到现在许多年轻人思想很空虚，自己虽说做不了什么事情，但作为一个出家人、作为修学大乘佛法的人，还是想尽心尽力为大家指一些方向，希望每个人能找到真正的人生之路。出于这种发心，我经常去往不同的大学，在力所能及的范围内，跟大家交流一些真理。

在交流的过程中，我既没有站在佛教徒的立场，也没有站在非佛教徒的立场，而是站在客观公正的立场上，跟你们一起探讨真理、寻求真理。

在座的每一位学子，可以说人生才刚刚开始，如果开始的路就走错了，那么，今生也会苦，来世也会苦；如果一开始就找对了方向，那即使以后没有得到很多的财富、很高的待遇，至少也对得起自己的良心，对得起老师和父母，对得

起整个社会。

我们今天的聚会，看似是一个偶然，实际上也是一种必然的因缘。对于有些人，我们以后可能还会见面；而有些人，今后就再也见不到了。不管怎么样，这些都不重要，最重要的是，希望你们以后能想得起来：每个人都有生老病死，为此一定要早做准备；人需要大慈大悲心，有了它，无论在生活中扮演什么角色，都会非常有意义，它给自己带来的价值，远远超过金钱、超过一切。对此，大家一定要再三思维！

主持人结语：

非常感恩索达吉堪布仁波切为我们带来的精彩开示和慈悲解答！

两个小时很快就过去了，相信在座每一位都有不同程度的收获。让我们再次以热烈的掌声，向堪布仁波切致以诚挚的感恩！

接下来，有请树达学院经济管理系学生会副主席致答谢词——

尊敬的索达吉堪布仁波切，敬爱的老师们、同学们：



大家下午好！我是湖南师范大学树达学院学生会副主席，非常感谢索达吉堪布仁波切的精彩开示。堪布的演讲和对大家问题的解答，给了我们很多收获和启示，让我们认识到佛教的慈悲观是多么美好，多么珍贵。

的确，如果整个社会缺失了慈悲理念，人与人之间的关爱、人与自然之间的和谐，将不复存在；如果我们心灵失去了慈悲，内心就会变成干涸的沙漠，不但迷失了人生的方向，甚至会连最基本的幸福和快乐都不能获取。

当代大学生，不缺乏才华，不缺少智慧，最缺少的是高尚的道德教育。可以这么说，我们的世界观、人生观，在经济全球化和网络信息大潮的冲击之下，价值取向越来越趋向于个人主义的功利化，社会责任感日益淡薄，自我意识愈发突显，道德认知与日常行为脱节，越来越多人求职和学习的目的，是奔着追求金钱和地位而去的。

这一切问题，在大乘佛教里，原来有着最圆满的解答钥匙。堪布仁波切为我们解释了何为大慈大悲，以及对人的慈悲、对动物的慈悲。他为我们点燃了慈悲的烛光，给我们浇灌了慈悲的甘露。这一刻，我们内心充满了佛法的滋润，也让我们产生了深刻的思考。

相信堪布今天的演讲，对我们而言只是一个开始。佛法如此博大精深，值得我们深入探索。树立慈悲观和学习慈悲，并非一蹴而就的，而是在我们的心中、在行动中，一点一滴地去努力、去探索，唯有如此，人的心灵幸福、整个社会的平安和谐，才能够得以实现。

再次感谢堪布仁波切为我们带来的精彩开示！这是一个非常有意义的下午，值得我们深深铭记，它将开启我们今后的佛法探索之旅、心灵慈悲之旅。

愿以此功德，庄严慈悲观，

上报四重恩，下济三途苦。

若有见闻者，悉发菩提心，

尽此一报身，同生极乐国。

让我们一起祈祷、共同祈愿，愿这些智者长久住世、广传佛法。热烈的背后，必定是一次沉淀，让我们跟着智者的脚步，向心灵解脱的彼岸前进！

谢谢大家！

佛教的真理观

——华中科技大学演讲

『 2011年 11月 20日晚上 』

雷瑞鹏老师致辞：



首先，非常荣幸能邀请到五明佛学院的国际著名佛学理论家——索达吉堪布老师，亲临华科大哲学系，为我们作这样一次高深而精彩的佛学讲座。

今天，有这么多同学光临这个讲座，也说明了大家对佛学的热情，以及对索达吉堪布老师的仰慕。

在此我就不再赘述了，也不占用更多的时间，下面把时间交给堪布，让我们一起聆听大师的精彩演讲，亲身感受大师的智慧。好，热烈欢迎——

今天很高兴来到华科大，跟老师、同学们一起交流。当然，我讲的可能既不高深，也不精彩，但很愿意跟知识分子探讨、沟通，通过这种方式，和你们一起共同寻找真理。

在座的各位，都非常年轻，而且，对知识的欢喜心、对真理的希求心，也非常强烈。每个人都有远大的目光，也有自己美好的理想，但与此同时，在佛教所讲的这个“娑婆世界”中，自己肯定会遭遇种种苦难，经历无数挫折，这些经常让我们感到迷茫。

因此，今天就一起来探讨：人活在这个世界上，到底需要希求什么样的真理？这种真理，从什么样的哲学思想中能挖掘出来？我想，这也是很多老师和同学都愿意关注的。

一、我们要怎样观察真理

在希求真理的过程中，我们应该认识到，现在这个社会，尤其是年轻人，非常需要心灵的开启、佛法的教育。如果你懂得了一些佛教的知识和理论，将会对自己有莫大的帮助——不仅有力量去面对工作和生活的“压力山大”，还能渐渐找到生命的归宿。

当然，佛法是非常甚深的，想在短短的一堂课中，就把它讲得特别清楚，这也不太现实。不过，即使大家只明白了一点点，也会对今后的生活和人生，有非常明显的指导作用。

今天我们讲的是，佛教所揭示的宇宙人生的真相。它之所以被称为世间唯一的真理，可以从两方面来成立：一方面从佛学本身证实，另一方面，也可以从现代科学的层面证明。但不管从哪个角度，都必须站在公正的立场上。

印度著名学者德雪达波曾说：“我既不偏执佛陀，也不嗔恨淡黄仙人等，谁具有符合事实的真理，我就认定谁为导师。[5]”我们今天在此希求真理，也应该有这样的态度：既不贪执自方，也不诋毁他方，而是以客观的事实，判断什么才最值得追求。

---

[5] 他在《胜出天神赞》中云：“我不执佛方，不嗔淡黄等，谁具正理语，认彼为本师。”

大家都知道，这个世界上有很多神秘的知识，而要了解这些，现有的科学不一定够用，往往还需要靠另一种学说，比如用佛法来进行论证。当然，在论证之前，首先需要观察佛法的可靠性。这一点，印度伟大的佛学家圣天论师，就给我们留下了很好的教言。他在《中观四百论》中讲过："若于佛所说，深事以生疑，可依无相空，而生决定信。"如果对佛陀所说的最甚深隐蔽之理生起疑惑，那可以先依佛陀所说的一切法无相空性，从而产生决定的信解。这一句话非常重要！

也就是说，你在探索真理的过程中，遇到佛陀所讲的很多眼睛看不到、手摸不到的现象，比如前世后世、六道轮回、业因果等，如果觉得无法理解，或无法直接证明，这个时候，建议大家先研究一下佛教的般若思想，比如看看唐玄奘翻译的《大般若经》。若是通达了般若空性，你就会明白，如此甚深的道理，不是一般世间人能抉择的，应该是具有无比智慧的智者，才能揭示得清清楚楚。以此，对佛陀会生起真实的信心，从而对佛陀所讲的其他神秘道理，才会愿意慢慢接受。

按照公认的说法，今年（2011 年）是佛历 2555 年。在 2500 多年前，佛陀就把哲学、天文学、物理学、心理学、



医学等各个领域的知识，描述得清清楚楚了。而在那个时候，西方的哲学思想还没有成熟，因为苏格拉底、柏拉图、亚里士多德等西方圣哲，是公元前 400 年左右才出现的。

因此，佛教的确值得在座很多人去研究。通过研究，你们会感叹佛教的博大精深，和佛陀智慧的无与伦比。

国内曾有一位学者说：“儒家是中国人的粮店，道家是药店，佛家是个百货店。”意思是什么呢？我们不能没有儒家文化，否则，就没有精神食粮了；假如自己生了病，就要从道教中寻找解决方法；佛家则像个大百货公司，里面什么都有，而且是人生必需的东西，也是每个人不可缺少的。

当然，在佛教的百货公司中，肯定也包括了药店和粮店。为什么呢？因为佛教的知识包罗万象，没有一个领域是不涉及的。这一点，并不是我们佛教徒自吹自擂，而是历史上的很多智者，以及东西方的一些科学家，都异口同声承认并证实的。

你们大多数的老师、同学是研究哲学的，所以在这个问题上，更需要去仔细思考。在此过程中，有些人千万不能认为："我是哲学系的大学生，对一切无所不知。"有了这样的傲慢心，就会遮蔽自己的智慧。对每个人而言，不管你有什么样的学问，都应以谦虚的态度继续探索真理。

实际上，如果佛教确实是真理，就根本不怕被观察。伽利略说过："真理就是具备这样的力量：你越想攻击它，你的攻击就愈加充实和证明了它。"

佛陀也曾说："你们不管是出家人、在家人，都不要因为我是佛陀，就以恭敬心接受我的佛法，而应像十六次提炼黄金一样，用你最深细的智慧，对我的教言进行观察。如果它讲得合理，你可以接受；如果不合理，就可以放弃。"

可见，佛教对真理的态度非常明白：不管是佛陀宣说的

哪个真理，般若空性也好，业因果也好，都应该用智慧去观察它，用逻辑去推敲它。当然，这些也肯定经得起任何观察与推敲。

二、迷失了“我”的现代人

这个时候，或许有人会想：“佛法经得起观察倒是好事，但这跟我的生活有什么关系呢？”

现在很多人，只关心自己的生活。我去过很多学校，发现好多老师和同学，既不想听佛教的甚深道理，也不想听科学方面的知识。他们特别关心、天天忙碌的，只是自己的工作、感情、生活等；他们特别喜欢听的，也是能当下解决这些问题的教言。

但实际上，如果我们对人生真理，拥有非常正确的见解，那么工作、生活等基本问题，肯定可以迎刃而解；反之，假如一开始就把人生的目光定在钱财上、地位上，真正的“我”都丢失了，那又何谈“我”的幸福？

每当我到大城市里，面对一些颠倒的社会现象，经常有种触目惊心的感觉；看到迷茫的人群，也自然会产生悲悯之心和悲恸之情。为什么呢？因为现在的大多数人，天天都在

奔波忙碌，费力地做着各种事情，可他们所做的一切，只是为了今生的生活，为了眼前的养家糊口和短短几十年的享受，而不关心周围的社会和生存环境，也从不考虑自己来世会怎么样。在忙碌的过程中，他们常常会迷失自己，追求了一大堆没用的东西，却不知道“我”丢到哪儿去了。

以前汉地有一个故事：一位公差押解一名犯人去京城。犯人是一名犯了戒规的和尚。路途很远，负责任的公差每天早晨醒来后，都要清点身边的几样东西：第一样是包袱，他们的盘缠、衣服都在里面，当然不能丢；第二样是公文，只有将这份公文交到京师，才算完成任务；第三样是押解的和尚；第四样是自己。公差天天都清点一遍：“包袱还在，公文还在，和尚还在，我自己也还在。”这才开始上路出发。

日复一日，偏僻的小路上经常只有他们两个在行走，很是寂寞，免不了闲聊几句。久而久之，彼此互相照应，关系越来越像朋友了。

有一天，风雨交加，他们饥寒交迫，赶了一天的路，就投宿到一个破庙里。和尚对公差说：“不远处有个集市，我给你打点儿酒，今天好好放松一下。”公差心思松懈，就给和尚打开枷锁，放他去了。

和尚打酒回来，还买了不少下酒菜。公差喝得酩酊大醉，沉沉地睡了过去。

和尚一看机会来了，就从怀里掏出一把刚买的剃刀，将公差的头剃得精光。然后，他将公差的衣服扒下，自己换上，又将自己的僧衣裹在公差身上，连夜逃走了。

对于发生的这一切，公差浑然不觉，一觉睡到第二天日上三竿。他醒来之后，舒舒服服伸个懒腰，准备清点东西，继续赶路。一摸手边，包袱还在；再看公文，也在；找和尚，竟然不见了。公差抓挠着头皮想："和尚哪儿去了呢？"突然发现自己头是光的，再低头一看，身上穿着僧衣，于是恍然大悟，原来和尚也在！

前面三样都在，第四样就该找自己了。公差又在庙里庙外四处找，怎么也找不着，心里就纳闷儿了："和尚还在，可我到哪儿去了？"

现在世间上的很多人，也像这个公差一样，没日没夜地忙着各种琐事，不知不觉中，将自己变成了囚徒，结果"我"却找不到了。

就像如今的有些学者，一辈子都在研究这个课题、那个

课题——听说有的老师找不到课题，就给学生施压，让他们去搞研究、写体会，最后把学生的论文变成自己的研究成果。很多学生都被逼得没办法，但又不得不做。

还有一些人为了名声、地位、金钱、感情，也是一辈子都在费心竭力。比如，为了感情，他们倒下去一次，又站起来；再倒下去，又站起来……如此一直不断地重复，这也是大家有目共睹的事实。



那么，人们追逐这一切，到底是为了什么呢？就是为了“我”。但实际上，他们这样做，不一定真的对“我”有利，反而可能适得其反。因为当自己死的时候，拥有再多的荣华

富贵，也是生不带来，死不带去，而只有生前所造的善恶业，才会如影随形，和自己紧密相连、永不分离。

这一点极为关键，然而遗憾的是，好多人却对此一无所知。

三、重新解读“无神论”

究其原因，这也跟历史有很大关系。现在整个社会都主张无神论，对于无神论，当然我也不完全排斥。因为如果去分析无神论产生的背景和初衷，就会发现，马克思所提出的无神论，并不是完全错误的，也不会成为追寻真理的绊脚石。

为什么这样说呢？大家都知道，马克思出生于 1818 年，1848 年他和恩格斯在比利时，欧洲爆发了资产阶级民主革命，他们投身革命。革命失败后，他到英国伦敦写了 200 多万字的《资本论》。后来，他的思想得到前苏联与中国的推崇，成为社会主义国家的主流思想。我们从小接受的，就是马克思的哲学思想和无神论的教育。

但马克思提出的无神论，和佛教是没有冲突的，也不是针对佛教的。虽然马克思精通多国语言，也研究过很多宗教，但在那个年代，佛教并没有在欧洲传播开来。当时最兴盛的

是基督教和天主教，他们主张神或上帝是万物的创造者，这也是资产阶级政权的理论基础。马克思认为，正因为有了这样的基础，资产阶级才能在社会上占据主导地位，如果要发动无产阶级革命，推翻资产阶级政权，首先要建立与有神论相反的哲学思想，因此马克思就提出了无神论。

其实，马克思提出的无神论，跟佛教的观点也有共同之处，因此并不能说：无神论完全违背了佛教教义。因为佛教也不承认万物都是神创造的，不承认佛是创造万物、主宰一切的神。

那么佛是什么呢？佛教的本师释迦牟尼佛，诞生于2500 多年前，是印度净饭王的王子，他出家并悟道后，创立了佛教，成为贤劫千佛中的第四佛。在印度，佛陀降生的地方、成道的地方、转法轮的地方、涅槃的地方，至今仍留存于世，这都是发生在公元前五六百年的事。因此，这是一段真实的历史，佛陀并不是人们虚拟的一个神。

佛陀在 2500 多年前留下来的思想，不论你是大学生，还是政府官员，都值得去学习。倘若没有深入学习，就不可能了解其甚深含义；而只有深入研究了，从佛教这一东方神秘思想中，每个人才会得到不同的收获。毕竟，现代科学家

的很多发现，也是从佛教等宗教思想中延伸出来的。

四、佛教的真理能不能被否认

现在很多人，从小到大被束缚在教科书的知识体系内，从来没有去认真观察和思考：这个世界到底发生了什么？人类探索真理的步伐，进行到了什么程度？而东西方的很多科学家，以公正的态度研究佛教后，惊讶地发现，佛教中竟然蕴含这么多的真理，而且这些真理，早在 2500 多年前就宣讲了。

拿心理学来说，学过佛教唯识宗的人都明白，唯识宗把人的情绪说得清清楚楚，让现代心理学望尘莫及。比如烦恼方面，分为根本烦恼和随眠烦恼，其中根本烦恼包括贪心、嗔心、痴心等六种，而随眠烦恼则有十九种。其中的嗔心，也可以分为嗔、怒、恨等；善心方面，则有信心、悲心等很多分类。可以说，佛教对现代心理学所谓的情绪，分析得特别细致和清晰。

公元前五六百年的这些思想，已经超过了人类 21 世纪的研究成果，这让很多学者觉得特别稀有。因此，现在不少科学家开始运用佛教的道理，探索心理学、生命学，以及整

个宇宙的宏观世界和量子力学的微观世界等方方面面。因此，对于佛教的正确性，如果你还坚持不承认，那我也无话可说。

可能有人认为："佛教不一定是真理吧，因为现在这么多人不承认佛教所说的前后世等。"其实，大多数人不承认，并不能以此就否定真理，因为真理本来就掌握在少数人的手里。

不仅是佛教真理，世间的科学也是如此。以前藏地有一位了不起的智者叫萨迦班智达，他曾说过："珍宝的价值，牧民根本不能了知，同样，世间的真理，一般人也无法通晓。"

所以，你们不要认为："在熙熙攘攘的大街上、在人来人往的学校里，无数人都不信佛教，不承认前世后世存在。既然如此，佛教应该不是真理，我也不承认。"其实不应该这样。你翻开历史就可以看到，历史上有许多国家，为了稳固政权、发展经济等需要，对一些宗教和真理做过负面的宣传。因此，大多数人不承认的，并不一定就不是真理。

面对佛教真理，有些人常常说："反正我就是不信！"他不信成了最颠扑不破的理由。其实你不信，根本证明不了什

么。对真理的不信，只会显露出自己的愚痴，对真理却无有任何损害。

有些人经常说“我不信佛教”，认为这是一件很了不起的事，自己因此而变得伟大；他的不信，似乎成了这个世界的真理。其实，任何人如果不信真理，那在东西方的哲学思想中，只会被认为是一种个人的愚痴，除此之外，不能说明任何问题。

当然，如果你有充分的理由，能说明佛教不合理，那么不信也没问题。法律上也说，信仰是公民的自由，信也可以，不信也可以。但若有些事对自己明明特别重要，比如前世后世确实存在，这是谁也无法推翻的事实，可是这些却被故意抛之脑后，从来没有为此做过任何准备，这对你来说，难道不是非常可惜吗？

或许有人会说：“假如人存在前后世，为什么我一点都想不起来？”其实，不要说你的前世，就算是今生中的很多事，比如孩提时代的经历，想不起来的也不胜枚举；不要说你的后世，就算是明天发生的事情，你现在也无法亲眼看见。所以，不能因为自己想不起来，或者自己看不见，就把前后世的存在统统抹杀。

关于前后世，公元前 400 多年，柏拉图在《理想国》中就描述过，但很长一段时间里，西方哲学家无法解释这到底是怎么回事。后来，东方神秘主义思想传入了西方，尤其是 1927 年《西藏度亡经》被译成英文，在西方世界引起了轰动，从那时开始，西方的哲学家、心理学家通过催眠等方式，对人死后的中阴现象以及转世问题进行研究，得出的结论与中阴教法竟然不谋而合，所以，很多人感到特别震惊。

而这些道理，在藏地却早已家喻户晓。人有前世后世，善恶到头终有报，故而要为了来世积累善根，这些都是天经地义的事，对他们来说已经司空见惯。

可是在汉地的大城市，假如一个人信了佛教，身边的人就开始怀疑："他是不是遇到什么挫折，想不通了？会不会出家啊？"子女学佛的话，父母也整天提心吊胆，觉得这种行为不正常，甚至大学的哲学系开设佛教课，他们也担心："老师会不会把我孩子带到山里出家了？如果所有人都出家了，这个社会怎么办哪？"

前两天我在一个大学里演讲，有个学生就提了这样的问题，但因为时间关系，我当时没有细致地回答。她语重心长地说："堪布，您想一想，如果所有人都像您一样出了家，

那我们的社会谁来种地，谁来养活大家？”她对学佛显得特别担心，害怕学了佛之后，所有人都会出家。

其实这完全是杞人忧天，根本不必有如此顾虑。因为出家是一种崇高的追求，并不是人人都有这种境界。当然，我也不是说所有出家人都了不起，现在也有一些假冒的出家人，故意用出家的形象来败坏佛教。但真正看破世间的出家人，在这个世间上，确实是非常难能可贵的。

就像当大学老师，是十分受人尊敬的职业，那会不会所有人都当大学老师了，而没有农民、工人了呢？根本不会，这种担忧没有必要。因为大学老师也不是什么人想当就当得了的，它同样需要很多的资格和条件。



现在不少人对佛教有各种误解，这在很大程度上，也要归咎于媒体的片面宣传，以及一些不懂装懂之人的错误引导。倘若你们通过学习，对佛教有了正面了解，那么这些误解和怀疑，全部就会烟消云散。

其实，在学生时代，每个人单纯得就像一张白纸，老师无论在上面画什么，都会影响学生的一生。一个好老师，在你心的白纸上画下善良、包容，那么，你的人生就会因此而灿烂；一个不好的老师，在你的心上画了很多丑恶，或许你从此会变得阴暗，人生渐渐背离光明。但不管老师怎么画，你自己也要有一种人生态度，否则，从来没有思考这个问题，一直都是人云亦云、随波逐流，那今后的生活也不会有正确的方向。

五、对年轻人的一些肺腑之言

1、苦谛：认识痛苦

现在这个社会，学生们背负着很多压力——从小学一直到高中毕业，天天都面临考学的压力；大学毕业以后，又面临着就业的压力。所以，在大学期间，算是人生最开心、最快乐、最无忧无虑的时光了。

前不久我就遇到一个年轻人，他以前在你们武汉上大学，毕业后到了其他城市工作。六七年后回到武汉，他深深地感觉到，大学时代的生活是多么快乐、自在，对此非常非常怀念。

可是现在很多大学生，在上学时却不懂珍惜，一直期盼着、憧憬着："我什么时候能走出校门，摆脱老师的约束，在社会上大显身手，自由自在地干我喜欢的工作，做我想做的事情？"其实，等你真正步入了社会，就会发现许多意想不到的东西，在各种光鲜、微笑的背后，常会隐藏着丑恶的行为。此时，你如果没有信仰，没有心理准备，一旦这些落到了自己头上，你可能就会很难接受。

大家也清楚，如今的自杀率越来越高，甚至在大学中也屡见不鲜。为什么会这样？就是因为人们的压力过大。比如，上学时有各种竞争，毕业后面临着就业困难，走上社会还要承担工作、感情、家庭等许多责任……在这种情况下，你若没有信仰的力量，面对起来就会力不从心。

此时，如果你能认识到：轮回本来就是痛苦的，但这种痛苦，依靠佛陀宣说的方法可以解除，这样一来，你的人生就会有离苦得乐的希望，遇到一些不顺时，也会想到这可能

是自己业力现前，今生再怎么样努力，恐怕也没办法弥补。如此学着调整心态，遇到一些挫折时，就不会钻牛角尖了。所以，依靠佛法，能解除我们的很多痛苦。

佛陀曾告诉我们："三界无安，犹如火宅。"人生在世，原本就是苦多乐少，这即是"苦谛"。这一点，你们过去可能没有发觉，但现在不妨算一算：从早到晚一天当中，你开心了多少次，痛苦了多少次？或者在这一辈子中，让你开心的事有多少，痛苦的事又有多少？

有些人总以为，有财富、有名声、有地位就会快乐。实际上也不一定。伊丽莎白·泰勒说过："在这一生中，我拥有美貌、名声、成功和财富，但却没有拥有幸福。"为什么呢？一个人若没有知足少欲的境界，没有"善有善报、恶有恶报"的理念，单单依靠外在的一切，根本无法抵挡轮回的痛苦。

有些人现在不一定能明白这些，但等你以后进入了社会，就会懂得苦才是人生——在单位，要面临同事间的竞争；回到家，又要面对家人的抱怨；出门时，有一路堵车的苦闷；平时也是一会儿心情不好，一会儿身体不好，一会儿看别人不顺眼，一会儿心里无缘无故产生烦恼……

我自己也经常想：佛法对我的帮助，确实是金钱、地位等无法带来的。如果没有学佛，我也会以凡夫的心来面对生活，一定会有许许多多的痛苦。比如，当我跟别人发生矛盾时，实在想不开，很可能想要杀了对方，或者记恨一辈子。但是学了佛以后，大多数的痛苦，都可以通过佛陀的教言进行对治，很多时候，身心马上可以得到调整。即使有时候对治的效果不一定立竿见影，但我也知道痛苦的来源，应该跟自己的业力有关。这样一来，心里就能欣然接受、坦然面对，而不至于沉溺其中难以自拔。

2、集谛：找到苦因

其实，痛苦的根源，就是业和烦恼。若没有认识到这一点，在遇到痛苦时，把一切都归结于外境和他人，这是非常颠倒的。现在很多人碰到一点不顺心的事，就采取特别过激的手段，甚至把性命都丢了，这种行为极其愚痴，非常不值得。

不过，我们从小到大，这方面的教育非常欠缺，虽然在老师面前上过无数的课，学过无数的知识，可是遇到痛苦时，仍然一筹莫展；走上工作岗位时，仍然不知如何与人相处；在家庭中，仍然不懂怎样孝顺父母、养育子女……

当然，这也不能全怪老师，老师也是受教育体制所限，很多时候身不由己。从佛教的角度来说，这应该是众生的共业所致。现在的社会问题，一天比一天多，有学识、有远见的人，包括许多老师，也发现了这些弊端，但却无力扭转，只能无奈地接受现实。不过尽管如此，我们面对这些现象，也不能一直听之任之、麻木不仁，而要通过各种方式去尝试转变。当然，这个过程并不是很容易的，可能会面对种种磨难，但不管怎么样，我们都要勇敢地面对。

所谓的勇敢，并不是遇到看不惯的，就举起拳头跟人打架。真正的勇敢，是敢于接受前后世、业因果、轮回痛苦的真理，并用这些去改变自己和他人。不论在世人看来，我们的见解和行为多么另类，自己也不要畏惧、退缩。如果没有这种勇气，且不说改变社会，就算在世间上生存，生活的能力也极其脆弱。

现在社会上，很多单位都非常缺人，整天到处招人。与此同时，找不到工作的人却比比皆是，大学生就业都特别困难。我看了一些大学生就业的报道后，感到特别震惊，每年竟有那么多大学生找不到工作，对他们而言，毕业就等于失业。

为什么人才供需双方无法对接呢？因为用人单位需要的是德才兼备的人，首先要有一定的修养，诚信、善良，擅于处理人际关系；其次，要会做事情，要实干，而不是有张文凭，或者口才好就可以。毕竟，文凭不等于效率，口才也不等于人才。古人提倡的仁义礼智信，现在很多大学生都不具备，所以用人单位需要的人才，经常都找不到。

而很多大学生的话，又把目标定得过高，还没有开始工作，就想买房、买车、买这个那个，一直给单位提要求"每个月的工资不能低于多少，否则我不干"。自己的贪婪和欲望极其强烈，从不考虑自己能为单位带来什么。

这样的现象，如今在藏地也存在。因为藏地老师比较少，很多学校都非常需要。但一些师范院校毕业的学生，当老师的首要目的，不是好好地教书，而是多多地赚钱。如此一来，他不会把心思放在学生身上，也不会好好地上课。这样的老师对学校来说，没有很大的意义，学校也不需要这种人，因此又互相脱节了。

诸如此类的问题，等你们迈出校园后，可能都会遇到。其实，一切的痛苦，归根到底源于自己的业和烦恼，这就是佛教所说的"集谛"。

3、道谛：断除苦因

痛苦的根源找到了，那么该怎样断除呢？刚才也讲了，要通过佛陀教给我们的方法，才能断除业和烦恼，这就是“道谛”。

你们即使不能像出家人那样，把毕生精力都用于修学佛法，但如果通过学习，掌握佛教的一些简单窍诀，并去训练和实践，久而久之，痛苦和烦恼也会得以减轻。

4、灭谛：究竟安乐

一旦完全断除了业和烦恼，从根本上解除了痛苦，就会现前永恒的快乐，这即是“灭谛”。

以上所讲的认识痛苦、找到苦因、断除苦因、究竟安乐这四个步骤，弥勒菩萨在《宝性论》中用一个比喻，也进行了很好的说明：犹如一个人得了严重的疾病，特别痛苦（苦）；医生通过诊断，找出了他的病根（集）；医生开出药方，病人按医嘱服药（道）；最后完全康复了（灭）。这四个过程，就是释迦牟尼佛初转法轮时，为我们宣说的四谛法门——苦集灭道。只有依此而修行，我们才有可能彻底根除痛苦。

或许有人会问："佛陀既然如此伟大，那为什么没有讲过现代的这些科技？"



要知道，对一个人来说，最重要的并不是研究外境的形形色色，而要从生死轮回中获得解脱。关于这一点，《法王经》中有个很好的比喻[6]：一个人身中毒箭、剧痛无比时，若及时把箭拔出，疼痛会很快消失；但若不把箭拔出来，只是一味追究箭杆出自何山的竹子，箭尾出自什么鸟的羽毛，箭是谁射来的……这样一一观察下来，人早就活不成了。同样，我们在短暂的人生中，了脱生死最为重要，如果把这个弃之不顾，而去详细研究宏观世界、微观世界，那穷尽一生也不够用。

[6] 《法王经》云："譬如有人。身中毒箭于身受痛。当即拔箭其痛即除。若不拔箭痛则不除。待问箭毛羽是何鸟翼。复问其竹是何山出。复问其箭是谁之射。是人苦痛其命已终。然拔其箭终知无益。"

我经常看到有些西方的旅行家，一辈子拿着照相机和摄像机，天天盯着一只动物看，研究它怎么猎食、怎么睡觉、怎么繁殖后代……研究了几十年，当他死的时候，所了知的动物特征和习性，对他一点帮助都没有，只能随业力而离开这个世间。

在座的很多老师和同学，研究感兴趣的学问非常好，但最关键的是，从长远来看，务必要想方设法获得解脱。否则，将短暂的人生都耗在轮回的知识上，临死时对解脱没有做好准备，那其他知识懂得再多，也用不上，到头来只能迷失了自己。

六、怎样证明佛教是真理

1、从空性观等方面证明

一开始我就讲了，佛教是世间上唯一的真理，这一点可从两个角度来证明。首先，从佛教本身的话，着重以空性观来证明佛教是真理。

佛陀告诉我们，对自我的执著，是社会最大的祸害。不仅如此，每个人的痛苦，也是因为执著自我而引生的。大家可以想一想，你不舒服、不快乐，是不是因为爱惜“我”而

产生的？如果你每天心情不好，那可能是对自己的执著太大了，这样的话，哪怕遇到一点点不顺，比如待遇不好、成绩不好、身体不好，也会感觉痛苦不堪。

但所谓的“我”，用佛教的空性观来抉择时，本体是绝对找不到的，只不过是一种错觉而已。比如说，人们都认为，今天的“我”就是明天的“我”。实际上根本不是这样，今天的“我”和明天的“我”，不可能是同一个，否则，今天的“我”要过明天的日子，明天的“我”要过今天的日子，刚出生的“我”就已上大学、坐在这里听讲座等等，有很多过失。

还有一种错觉，认为身体就是“我”。其实，身体由很多部分组成，哪一部分是“我”呢？头发是“我”，还是指甲是“我”？头发剃了，指甲剪了，是不是“我”就没有了？如果认为整个身体是“我”，那么身体缺了一部分，比如一只手没有了，是不是“我”就不完整了呢？

当然，这是佛教中特别细致的观察方法。虽然刚刚接触这些道理时，你不一定能马上接受并打破我执，但只要去深入学习，就会发现里面蕴含了甚深的智慧。通过这种智慧，能打破我们的很多颠倒妄执。

比如说，你觉得一个人好看而生起贪心，就可以用这种方法观察一下：这个人有没有值得贪恋的地方？人体外面是皮肤，里面是肉，肉里就是骨头，那到底是他皮肤好看，还是肉好看，或者骨头好看？皮肤、肉一一割下来，放在你面前时，你还会对他生贪心吗？所以，对一个人的身体爱恋不已，完全是一种错误的执著。

佛教中有许多诸如此类的智慧，用这些去观察时，人生就像做梦一样，无论是自己还是外境，都没有一个真实的。可是，大多数人却往往把梦，耽著为坚不可摧的实有，执著如梦如幻的一切，甚至有些行为特别过分，给自己和他人带来非常大的痛苦。

当然，真正的无我空性，是大圣者所证悟的境界，并不是依靠几个推理、几个例子，就能马上通达的。但你若通过修学，懂得了苦、空、无常、无我的道理，就会逐渐断除自己的痛苦，明白佛教所说的千真万确。

2、从科学研究方面证明

有些人可能想："佛教所讲的这些，只有佛教徒才承认吧。现代科技这么发达，科学家对佛教的道理，会不会认可

呢？”因此，下面就从科学研究的角度，来分析佛教是不是真理。

对于科学的研究成果、科学家们的语言，如今很多人兴趣索然，对自己眼前有利的，才愿意去听；而没有利益的，则不愿意了解。但作为追求真理的人，对科学家所讲的任何道理，都应该值得思考。

这方面，我有很多的理论和案例，但因为时间关系不广说，我只举一个例子：

杨振宁教授，大家都知道，他在 1957 年获得了“诺贝尔物理学奖”，现在八十多岁了。据说现在有人对他有些看法，因为他娶了一个比较年轻的妻子，我作为出家人，不谈这方面的问题。但让我最佩服的是，他作为科学工作者，能以非常客观的态度对待佛教。

他曾写过一篇文章，文中说，就像牛顿、爱因斯坦等科学家所提出的学说，必须具备三个特征，才能被世人广泛接受，并成为科学理论，同样，佛教也完全具备这三大特性。他还说，佛教是智信而非迷信，是智慧者的信仰，现在有些人对佛教一知半解，就信口指责佛教不科学，其实，这些人

对科学也不够了解，缺乏真正的科学精神。

1985 年 9 月 12 日，他专程到纽约大乘寺参加玉佛塔的落成典礼。当时他讲道：“佛教是世界上伟大的宗教之一，两千多年前传入中国后，对中国文化产生了深远的影响……”他还强调，自己向往佛法中大同、宁静、无私的境界，并在科学研究和讲授之余，坚持修禅定。

像他这样的科学家、学者，现在可以说非常非常多。此外，英国、美国、法国的许多科学家，如今对佛教真理的认识，也有各种各样的理论。因此，有些人若以科学的名义来否认佛教，说要尊重科学、相信科学，认为佛教是一种迷信，这是非常不合理的。

当然，在七八十年代，这样的舆论比较盛行，但现在公开大肆诽谤佛教的现象，比较少了。因为现在的大多数人，既不关心什么是科学，也不在乎什么是佛学，只知道钱财、地位、名声，白天奔跑着追赶这些，晚上甚至做梦，也想的都是人民币，除此之外，再没有更高的追求了。

甚至一些老师搞科研，也是为了过关而已，根本不考虑它是否对人类有意义。许多大学生也不爱学习，在大学里就

是混日子，做些乱七八糟的事情。毕业的时候，该学的知识没有学好，不该学的坏毛病、坏习气反而都学会了，带着一大堆垃圾走上社会。这些垃圾接触谁，就会染污谁，这样的人给社会、家庭、个人，只会带来恶劣的影响。

当然，也并不是所有老师和学生都是如此。现在也有极个别老师，不愧为“人类灵魂的工程师”，他们夜以继日、废寝忘食，只希望把学生教育好，让他们无论在什么领域中，都能把自他带入今生来世快乐的境地。但这种老师，毕竟为数不多，这也是当今时代的一种缺陷。

七、以开放的心态面对真理

总的来说，希望大家能以公正的态度，对佛教有个正面的了解。尤其是藏传佛教，如今吸引了越来越多的人，这并非因为我是藏族人，就在这里毫无根据地吹嘘。确实，现在很多知识分子，包括一些西方学者，都觉得藏地有特别丰富的文化遗产，藏传佛教中也蕴含着无与伦比的真理。这些真理，有些已翻译成了各国文字，有些虽然还没有，但在雪域高原却完好无损地保存着。

因此，希望今后有更多的智者通过各种途径，真正去了

解藏传佛教经论的意义，和历代大德以毕生修为留下来的智慧结晶。这些都是人类的心灵妙药，是现在社会最为需要的。

要知道，物质财富和经济发展，不能从根本上解除人类的痛苦。二十多年前，中国和欧美比并不发达，物质上也贫乏得多。但在短短的时间里，经济上就有了长足发展，许多人对此欣喜若狂。其实，这也不一定是好事，配套的道德水平如果没有提升，人们越富裕，只会离幸福越远。

这个时候，你们如果有一定的能力，应当想方设法恢复传统文化、宗教信仰等；倘若没有这么大的能力，起码也要从自己做起，用正知正念来观察自心，而不要被污浊的外境所转，迷失了自己、丧失了人伦。

每个人的未来会怎样，就掌握在自己手里。愿大家在追寻真理的道路上不断努力，心与真理不再有隔阂，人生越来越趋向光明！

附：

华中科技大学问答

『 2011年11月20日晚上 』

（一） 问：通过今天的讲座，我对人生有了一些新的思考。听说西方很多科学家，正在试图从逻辑的角度来解释佛教真理。请问，有没有可能通过对物质世界的逻辑思考，解开佛教的奥秘并解释佛教真理呢?

答：其实，西方科学家不仅仅是通过物质研究与逻辑推理，来证实佛教的正确性。很多人还通过修行和体验，来了解佛教真理。

作为一名学者，要证实佛教的真实性，理论的支持固然不可缺少，但在此基础上，更多的还是要实际修行。因为，现在很多人通过理论研究考证真理时，得出来的结论是完全错误的。为什么会这样呢？佛经中讲，我们的眼耳鼻舌身意都是非量，是不可靠的。这一点，科学家也承认，比如当多维空间的概念出现时，就会知道我们的感官所认识的世界，

并不是真实的。

所以，爱因斯坦说过：“今天的科学，只能证明某种物体存在，而不能证明某种物体不存在。”

按照一些哲学家的观点，人类探索真理的规律是否定之否定，也就是说，通过不断探索并否定前辈的观点，从而不断地接近真理。如果是这样，那有没有依靠逻辑推理而最终证成真理的时候呢？恐怕是个未知数。

但通过修持来体验真理，则完全不同。比如，佛教中有认识心性的法门，自己依靠这些修法，可以完全通达心的本性。那个时候，即使成千上万的智者来到你面前，说你通达的心性是错误的，你也丝毫不为所动，他们也根本无法否定你的见解。

这一点，从禅宗和密宗的很多公案中，就看得出来。看了历代大成就者的事迹，我们会明白佛教的神秘和世界的可笑。但是，这些道理，在不信仰佛教的人前面，说一百遍、一千遍，可能也没有任何意义。

因此，要真正认识佛教真理，通过自己的实修实证来了解是最彻底的。



（二）问：我是藏族人，请问，辩经是不是藏传佛教的不共特点？

答：辩经确实是藏传佛教的一大特点，依靠这种方法，能解除我们内心的疑惑，生起真正的智慧。当然，藏传佛教还有很多不共的特点。

其实在大学里，非常需要真正的辩论。但我看到，有些大学生的辩论是吵架，说着说着，就开始骂人了，这不叫辩论。真正辩论的过程中，即使双方辩得再激烈，也不会脸红，不会生气，不会痛苦。当然，这需要长期的磨炼，没有经过

训练的人，刚参加辩论时，一被对方反驳，心里就觉得不舒服。

同时，大家在辩论的时候，一定要运用真实可靠的逻辑推理，这样才能通过辩论解除疑惑、生起智慧；而不是一味地胡搅蛮缠，非要争个高下，这并不是辩论的目的。

（三）问：我是东莞学院的研究生，也是藏族人。我的研究方向是公共问题，包括人们非常关心的食品安全。

现有解决公共问题的模式是，学者们通过研究，向政府提出建议，然后政府制定法律，通过执行法律来管制社会。但这种完全依靠政府行为的管理模式，似乎并不奏效。比如说食品安全方面，地沟油、劣质奶粉等不道德事件层出不穷。还有最近发生的小悦悦事件，这些都让人感觉整个社会的道德水平在不断下降。

请问，我们应该怎样运用佛教思想去教育人们，乃至改变政府管理的理念和模式呢？

答：关心社会还是很重要的。你刚才提到的小悦悦事件、地沟油事件，在全国范围内都引起了极大轰动。从一些新闻报道中看，制作地沟油的那些老板，非常明目张胆，自

己还特别得意……这些确实在一定程度上，反应了整个社会的道德水平。

不过，这些事件，以及前不久网络上的“13 亿人扶不起一个老人”，也有一定的炒作成分在里面。有些媒体为了吸引大家的眼球，就特意把某个角落的一件事扩大化，让全世界都知道。人们看了之后，觉得所有人的良心都被狗吃掉了一样。但实际上，也没有那么严重。我们这个社会上，还是有好人好事的，比如，前几天沈阳一位女大学生坐公交车时，看到歹徒正在对一个人行凶，她冒着生命危险去救他……但现在很多媒体，对于好事不宣扬，而一点点坏事，就开始添枝加叶地疯狂传播，这是一种不好的现象。

当然，我在不同的场合中也说过，佛教徒若遇到小悦悦这样的事，一定要去救，不论别人怎么看，当事人会不会反咬一口。其实你去救了之后，也不一定所有人都会诬陷你，因为不是每个人都那么坏。

而食品安全的监管，包括杜绝地沟油，政府也在想一些对策。我以前了解到，有的国家像日本，政府高价回收用过的油，进行处理，做成燃料；德国对地沟油的流向，则有一套严格的立法。但不管怎么样，最重要的还是要加强人们的

道德教育。在这方面，大乘佛教的利他观非常关键，它主张无条件地帮助所有人、乃至所有生命，这样的理念，在当前来讲确实不可缺少。

因此，我特别希望，很多人能通过各种途径，了解佛教的利他观，同时，自己也应积极投入到一些慈善活动中。若能如此，这个社会就不会变得那么可怕了。

（四）问：我是华中科技大学电子信息工程系的学生。我们汉地很多人是“闲时不烧香，急时抱佛脚”，信佛带有一种功利性，并不是真正的信仰。请问，什么才是真正的信佛？

答：信仰有迷信和正信两种。所谓的迷信，是别人说什么，自己不加分辨，就盲目地相信和崇拜，最终自己也找不到方向。

现在汉地许多人信佛，就带有迷信的成分，烧香拜佛是为了保佑自己健康、平安、快乐……像做生意一样。这种信佛跟信神没有什么差别。

那什么是正信呢？当你以一种科学的态度，用自己的智

慧去研究佛教时，你会发现，佛陀觉悟了万法的真理，并用这种智慧给迷茫的人们点亮了一盏明灯，为众生离苦得乐指明了方向。所以，佛陀非常伟大，他的智慧无与伦比。有了这样的认识，你的信心就不会退失。

当然，要想获得这种信心，必须要长期、系统地学习佛法。若只是浅尝辄止，稍微了解一点，这是远远不够的。所以，非常希望寺院、佛教道场，包括高等学校，能深入学习一下佛教，认识佛教的真理和佛陀的智慧。这样一来，佛教的信仰就不会成为迷信，知识分子对佛教也不会盲目地下结论。

在这个世间上，知识分子的层次是很高的，但是，如果已经获得了极高学位的博士，对一门并不了解的学问随意诋毁、妄加评论，这是特别愚痴的行为。我也遇到过一些博士、博士后，他们评论佛教的语言，让人觉得非常可笑，就像不懂科学的人，信口去批评科学一样。因此，希望很多人以后在这方面，最好是不要闹笑话，不要让自己变成闹剧的表演者。

（五）问：我是一名藏族人，父母都是佛教徒，在

父辈的影响下，我从小就会背诵一些经文，例如《二十一度母赞》、莲花生大士教言等。我认为，一个人年轻的时候，在不影响学业和工作的情况下，背诵一些经文，是种很好的习惯。请问，您对此有什么看法?

答：现在藏地很多年轻人，从小就会背诵百字明、《三十五佛忏悔文》、《二十一度母赞》等，这是藏地的一种传统。如果在自己的人生中，随时随地多念这些经咒，无形中就会化解许多危难，增上各种吉祥。

前段时间，我去了一些藏族大学，看有些大学生早上起床后、晚上睡觉前，都会念一些经咒，就像佛教徒的早晚课一样，这种习惯很重要。

不过，与此同时，许多藏族人最缺少的是什么呢？就是没有了解这些经文的意义。如同汉地很多人去寺院只是求保佑，对佛教的真理却一无所知。同样，藏地也有很多人，包括一些知识分子，从小就信仰佛教，可是让他解释一下《二十一度母赞》，好多人都讲不来，这一点是非常遗憾的。

而我去一些汉地大学时，却发现很多老师和学生不仅对藏传佛教的教义十分熟悉，而且对中观、唯识，包括密法的

教义，也一直不断地在修持。可是，我们藏地的很多知识分子，不要说汉传佛教，甚至对藏传佛教也并没有特别了解。

今天这个场合，来了不少藏族的大学生。你们藏族的学生有多少，举个手吧——哇，那么多！我特别希望你们，以及藏族的其他知识分子，从多方面学习藏传佛教，通过藏文或汉文来了解佛经的意义。



总之，我们学习佛教，不能只停留在理论上，也不能只会念念经。汉地有些老太太很会念“南无阿弥陀佛”，我们藏地人也会背《二十一度母赞》，这些听起来很舒服，但如果不解经义、不懂内容，就会与真正的佛法相隔千里，根本

无法一窥其堂奥。所以，理论与修行结合起来学习佛法很重要。

（六）问：我平时会翻阅一些汉文的佛经，请问，您有没有看过《楞严经》和《法华经》？我认为这两部经典非常适合末世众生学习，不知道藏传佛教里有没有这两部经，或观点类似的经典?

答：我看过汉文的《楞严经》，但在藏文《大藏经》中没有这部经典。据说法尊法师曾把汉文的《楞严经》翻译成了藏文，《大藏经》对勘局也准备把它列入藏文《大藏经》中。

而《法华经》，在藏文《大藏经》中也有。

所以，这两部经我都看过，里面的内容非常殊胜。

（七）问：我也是一名藏族学生，现在已经大四了。我很庆幸，由于父母都信佛，我从小开始就崇奉藏传佛教，而且从自己的人生经历来看，佛法确实让我受益匪浅，尤其是当遇到生死坎坷时，让我得到很大的安慰。

但如今，在现实生活中，我面临着很多竞争，如果完全像佛教所说的那样忘我，在面对机会时，我就不会努力争取，而是会选择放弃。但若总是如此，可能无法在社会上立足。您对这个矛盾怎么看呢?

答：如今的社会竞争特别激烈，在不害竞争对手的前提下，你积极地争取机会、把握机会，做好自己该做的事情，并不违背佛教的教义。

有一位大德也说过："每个人的机遇很难得，因此，在不损害众生的基础上，可以积极地去面对。"

问：作为藏传佛教的信徒，大家会在特定的日子戒肉，就像斋戒一样，您对此有什么看法?

答：从历史上看，戒肉并不仅是藏传佛教的一个传统，而是整个大乘佛教的行为。因为从佛教的角度来讲，吃肉跟吃生命没什么差别，是需要严格遮止的。与汉传佛教比起来，藏传佛教以前在这方面做得不太好，但这几年来，藏传佛教的很多寺院和出家人，也都开始纷纷提倡素食。

今天中午，我为了找个地方吃饭，转了好几圈，结果发

现武汉的餐厅里全部是肉食，一直找不到素食，最后实在没办法，很伤心地吃了几个水果。

如今很多人真的特别可怜，吃一顿饭就要杀那么多众生，被杀者很可怜，吃者更可怜，这种命债需要多少时日才能补偿！作为佛教徒，如果能完全戒肉，长期吃素，当然是最好的。如果实在做不到，至少也是不要点杀。否则，吃一顿饭就要杀那么多生命，按照佛经的观点，自己会用许多世的生命来偿还，这是非常可怕的！

（八）问：一个人若看到社会的丑恶与人生的痛苦，于是选择信佛、出家，以寻求解脱。但与此同时，他没能尽到赡养父母的责任。这在世间来说，是一种不孝。请问，您如何看待这个问题？

答：有些人是为了逃避而出家的，不一定有真正的出离心，即使出了家，也不一定有很大功德。若因此而没有尽到赡养父母的责任，那确实是一种不孝。

还有一种人，是看破世间而选择出家，并通过修行来报答父母的恩德，这是佛教里讲的大孝。汉地的莲池大师也说过：“亲得离尘垢，子道方成就。”意思是，只有让父母脱离

了轮回，获得了究竟的解脱，子女才算成就了孝道，是真正报答了父母的恩德。



毕竟，给父母提供一些财物，让他们吃得好、穿得好、住得好，虽然这辈子会过得好一点，却不能解决他们的生死大事。甚至，如果你为了父母而天天造业，反而会让他们来世堕入恶趣，感受无量无边的痛苦。因此，这种孝顺并不是真正的孝顺。

相反，倘若自己真正看破世间，选择出家修道，虽然父母暂时会有些痛苦，但从长远来讲，对父母的解脱和安乐是有利的。

因此，出家有两种情况：一种是自我逃避，可以称为不孝；另一种是以出离心引发的，这是大孝。

（九）问：我是国际经济贸易专业的学生。我想从

所学专业的角度，问一个与佛教相关的问题：

前些日子，天气特别寒冷，我看见很多乞丐在街上乞讨，还看到一个年纪很大的老人，和女婿在外边卖馄饨。看到这些，我心里很难受。同时，现在很多人去寺院烧香拜佛，大多是祈求自己身体健康、生意成功等个人利益，真正祈愿依靠佛教改善民计民生的却很少。

大家都清楚，与西方发达国家比起来，我们的教育水平、社会保障、控制通货膨胀等方面，还有很大差距。佛教一向提倡普度众生，那么请问，怎么样才能用佛教来改变国家和民族的命运呢？

答：要让佛教从宏观上积极影响社会，比如解决通货膨胀、社会保障等问题，目前来讲有一定的困难。任何一个宗教，如果要进入社会各个领域，首先需要得到国家的推崇，就像唐朝时代的佛教，以及西方国家的基督教一样。也就是说，当一个国家的政界与宗教紧密相连时，这个宗教才能进入社会的每一个层次，并且积极地影响社会。否则，虽然佛教的精神是普度众生，但若没有政府的大力支持，光靠一些佛教人士的努力，想改变国家和民族的命运，可能有很大的困难。

但我们现在可以努力的是，在更大范围内传播佛教，让很多大学生、知识分子，以及社会各个层面的人，都能正面地了解佛教。并非因为我是佛教徒，就要在各个场合弘扬佛教，而是佛教思想对当代人来讲，的确特别需要；佛教无私奉献的精神，对个人、对家庭、对社会都会有很大的利益。

比如说，再过二十年，中国也会像日本那样进入老龄化社会。这个时候，如果年轻人对父母没有基本的孝顺，把赡养老人的责任全部推到社会保障体系上；老年人自己没有佛教的生死观，不能正确地面对生老病死。那么，国家和社会都会面临很大的困难，这些困难完全依靠社会保障体系，也不一定能解决。

很多人对信仰佛教有种担心，认为学佛后都会出家，其实这种忧虑大可不必。我们藏地 99%的人都信仰佛教，但真正出家的只是少数。我们应该担心的是什么？如果不借助佛教等宗教的力量，面对很多民生问题，国家可能会遇到极大的困难。

因此，要实现佛教普度大众的理想，需要各种因缘。但不管怎么样，作为佛教徒，都要尽力去弘扬佛教，以净化世间人心。

问：作为您这样的大师，可能很多人都想做您的弟子。请问，您对弟子的要求是什么？

答：我自己也没有什么所谓的弟子，只不过我经常给大家作一些佛法的开示。在开示的过程中，我一直强调两个问题：

首先，学佛需要有一定的修证。在学习教义的基础上，一定要实地修持，否则，即使口头上讲得再好，也没办法运用到实际生活中。第二点，无论是什么样的生命，人也好，动物也好，要尽可能地去帮助他们。

简单地说，就是要修学真理，不断完善自己。同时，要关心社会、关心身边的人，尽量运用自己所懂的真理，去帮助身边的众生。哪怕是微不足道的行为，只要对他人、对社会有利，也要尽力去做。这就是我的两个要求。

（十）问：今天讲座的主题是“佛教的真理观”，您也讲到，佛教是世间上唯一的真理。但我没太听懂，您说的佛教真理到底是什么。我认为真理应该有唯一性，否则就不能称为真理。但对于不同信仰的人来说，他们所承认的真理可能各不相同。比如，信仰佛教的人，会认为佛陀说的是真

理；而对信基督教的人来说，上帝是他们的真理。在我看来，如果有不同的真理同时并存，那是不是恰恰证明它们都不是真理。因此，我的问题是：您说的佛教真理到底是什么？能不能以概括的方式，再阐释一下这个真理？

答：佛教是世间上唯一的真理，这个真理包括两方面：一个是佛教的智慧。尤其是依靠空性智慧，能彻底断除众生的痛苦，解脱生老病死，这在其他宗教中很难找得到。

第二个，今天我没有着重阐述，就是佛教的大悲。这种大悲遍及一切众生，也是佛教所特有的。虽然其他宗教也提到过慈悲的观念，但它并没有遍及一切众生。比如，有些宗教说可以吃众生的肉，不能吃众生的血，但这很难成立，没有血的肉几乎找不到；还有的宗教认为，对异教徒可以打仗，并称其为“圣战”。

当然，我们对所有的宗教都应该尊重。不过，随着人类社会的不断进步，19 世纪和 20 世纪的很多观念已逐渐转变，非暴力的和平观日益受到重视。在这个时候，我想很多宗教人士不得不赞叹平等对待所有生命、主张非暴力的佛教。

因此，概括地说，佛教真理可以包含两个方面——智慧

和大悲。从这两个方面，也可以证明佛教是世界上唯一的真理。

（十一）问：我是本校学经济的学生。现在汉地很多人，包括佛教徒，对藏传佛教有一些误解。其中一个原因，就是藏密的一些仪轨和仪式，他们不太了解，去请教一些上师时，往往说这个是保密的，不能公开。但是，如果它一直处于保密状态，就会让人觉得很疑惑，甚至有点恐怖。请问，您怎么看这个问题?

答：藏地的密宗，对仪轨和仪式并不是很保密，比如藏地的开光仪式，以及很多咒语和修法仪轨，对大家都是公开的。真正需要保密的，是最甚深的见解和修法。

当然，并不是因为它有过失而需要保密，只不过它对修行人的要求比较高，暂时需要保密。但如果你具备了相应的条件，比如之前修过加行、依止了具相上师等，那完全可以学、可以修。否则，不经前行就直接修学的话，很多人都接受不了，甚至会舍弃密法。这不但对他没有利益，反而对他的修行有极大损害。

这方面，禅宗也是一样。如果你刚开始修，就什么都不

执著，甚至对善法也不执著，很多人就会误入歧途。

现在有些人对密宗接受不了，这也情有可原。以前禅宗刚传到汉地时，弘扬得也不是很成功，因为它的见解非常高深，当时包括梁武帝在内，都没办法领悟。但慢慢地，人们意识到了它的殊胜，才开始广泛传播。因此，一种事物被大家普遍接受，本身需要一个过程。

问：唐朝时，善无畏、金刚智、不空这“开元三大士”，也曾弘扬过密宗，但唐密在很快的时间中就失传了，之后兴盛的是禅宗。请问，您觉得密宗跟汉地的文化是不是有冲突？

答：“开元三大士”所弘扬的唐密，跟藏密并不相同，也没有直接的传承关系。有些人认为唐密的消失，跟保密有关系，其实并不是这样。唐密的消失，主要是因为他们宗派的后学者，没有很好地继承和弘扬这个法脉。这样一来，任何一种文化最后都会失传的。

但是，藏密的闻思体系、实修体系、传承体系，可以说非常完善。正因为如此，藏密弘扬于世这么长时间，不仅跟其他文化没有冲突，而且有日益广弘的趋势。这方面，不仅

在汉地如此，在西方和东南亚也是这样。

（十二）问：我是哲学系文学专业的，想请教您一个关于安乐死的问题。

当一个人到了生命末期，如果疾病对他造成了很大的痛苦，对于佛教徒来说，也许能依靠修行佛法来面对；但非佛教徒可能觉得，结束生命是一种解脱，因此他会申请安乐死，就是请求医生的协助来结束生命，也叫医助自杀。

佛教提倡大慈大悲，那么当医生看到患者极其痛苦时，如果根据他本人的请求，而帮助他结束生命，这对医生来说，是在造恶业，还是做了一件功德?

答：按照佛教的观点，无论在什么情况下，都不提倡安乐死。即使病人正在遭受巨大的痛苦，如果我们采取措施结束他的生命，就有杀人的极大过患。

从表面上看来，似乎通过安乐死，可以让病人解脱病痛。但对病人来说，现在的痛苦是以前的恶业所感，承受这种痛苦可以消尽恶业，并不是没有任何意义的。如果对他施以安乐死，恶业就无法以此消除，那他以后还会感受更大的痛苦。因此，安乐死并不能真正除苦。

所以，即使病人很痛苦，我们也不提倡结束他的生命。如果在病人的强烈申请下，医生实施了这种行为，对我们来说，也只能随缘了。

（十三）问：我也是一名藏族人，来自邻近的中国地质大学。我一般很少吃鱼肉、鸟肉，因为它们都是生命。但我有时会无意中把这些肉吃进嘴里；有时候明知是鱼肉，还是吃了。请问，这种过失有多大？

答：吃别的动物肉，跟吃鱼肉、虾肉应该也差不多。只不过在习惯中，藏地很多人吃牛羊肉比较多，吃鱼肉、狗肉比较少。但现在藏地的一些年轻人，也有人认为“不会吃鱼虾，是不成功的标志”，这是一种愚痴的表现。

曾有一个格言说：“吃肉就是吃生命。”确实是这样。尤其是生活在海边的人，为了吃一顿饭，可能要杀害无数生命，从因果的角度来讲，这是非常可怕的。但在现实生活中，很多时候也没办法阻止。

如果你无意中吃进了一些肉，过失不会很大。但不论有意、无意，或是不得不吃肉，在吃肉的同时或事后，多念百字明、金刚萨埵心咒作忏悔，这是非常有必要的！

主持人结语：

今天，相信大家度过了一个非常愉快的晚上。

我想起这么一句话：“一个人可以没有财富，但一定要拥有智慧。”正因为有很多像索达吉堪布这样的佛学大师，在四处撒播佛陀的智慧，才让我们在佛陀涅槃 2555 年后的今天，仍然可以依靠佛法，获得一种解脱，获得一种快乐。

让我们以热烈的掌声感谢堪布！请全体起立，恭送堪布——



佛教的人生教育

——北京师范大学演讲

『 2011年11月30日晚上 』

檀传宝教授致辞：



各位晚上好！今天非常荣幸地邀请到佛教界非常有名望的高僧——索达吉堪布。

堪布在佛教上有极高的造诣，曾前往欧美、东南亚多国弘法，近几年又应邀到北大、清华、人大等国内很多著名高校讲学。今天来北师大是第一次，我们对此深感荣幸。下面掌声有请堪布——

这是我第一次来北师大，心里非常高兴。今天跟大家一起作个简单交流，讲讲“佛教的人生教育”。

这个题目，好像是学校这边定的。我到大学里跟大家交流，题目有时候是校方定，有时候是自己定。说实话，我今天没怎么去思维这个题目，刚才在路上还在想：“到底要讲些什么呢？”但不管怎么样，自己在这方面还是有一点心得，利用这个时间，跟大家谈谈也未尝不可。

一、要有一颗感恩心

人生中最关键的是什么？我认为，首先是要有一颗感恩心。

我们现在拥有的学识和智慧，都源于自己的老师，因此，不管在求学阶段，还是从学校毕业之后，何时何地都要记得老师的恩德。

刚才与檀教授交谈时，他也讲了自己和老师的故事，我听了之后很感动。从教育界来说，一个人如果对老师有感恩之情，那么他所学的知识，对自己的人生会真正起到作用。从我们佛教界来讲，历代很多高僧大德，一提起上师的名字，就会流露出无法言表的感激之情，甚至泪流满面，这也是源

于一种感恩。

不过，现在这个社会，很多人把老师当成学习知识的一种工具。依靠老师获得了知识后便远走高飞，从此就再也不联系了，对老师根本不关心、不过问。更有甚者，老师到晚年遇到一些困难时，自己明明有能力，却也不愿伸出援手，这就是没有感恩的表现。

感恩的对境，除了老师，还应该有父母。当我们刚来到这个世界时，不会说话，不会走路，连吃饭都要人喂。而依靠父母的长期呵护，我们才得以长大成人，所以，对父母的恩德也一定不能忘。

父母对孩子的付出，是非常难以想象的。为了孩子，他们付出了所有的青春，倾注了大量的心力、财力。即使儿女已成家立业，父母仍然放心不下。就拿我来说，父亲早已去世，母亲现在都 80 岁了，但还是每天牵挂着我。前段时间，我去了香港 7 天，母亲天天给我打不通电话，就特别特别挂念。我想天下父母对儿女都是如此，哪怕自己到了垂暮之年，也念念不忘自己的子女，一直惦记着。

但遗憾的是，如今很多子女，有了各方面的能力以后，

总是以忙为借口，对父母不闻不问、置之不理，甚至一个月也不打一次电话。有些父母年纪大了，身体不好、行动不便，生活上特别可怜，子女也只是请个保姆照料他们，自己根本不把他们放在心上，这都是忘恩负义的表现。

所以，作为一个人，不能忘记父母的恩德，以及老师的恩德。在此基础上，按照大乘佛教的教义，还不能忘记众生的恩德，要关爱所有的生命。

总之，不管是什么身份的人，都应该有一颗感恩心。这一点，可能许多人没有兴趣听。因为这个社会非常现实、非常功利，能带来眼前利益的知识，像赚钱的手段、享乐的方法，人们都兴致勃勃，愿意去了解、去学习；而一谈到精神追求，尤其是伦理道德、宗教信仰，大多数人都兴趣索然，甚至嗤之以鼻。

其实，科技再发达、社会再进步，你们学习上再聪明，基本的做人也不能忘。否则，一旦失去了这些，今后在社会中生存，必定会举步维艰。

现在许多大学生，不缺知识、不缺技术、不缺文凭，尤其是像北师大这样的高等学府，这方面应该都圆满具足。然

而，许多人最缺的是什么呢？就是道德教育，是正确的信仰。

大家都清楚，如今的小学、中学、大学，安排了大量课程，需要学习许多课本，可是学生们从中得到的知识，以后工作时真正能用上的，可能不到 20%。当然，我并不是说学校不好、教材不好，而是说，学校除了传授知识和技能以外，更重要的是，还应该训练学生如何为人处事、待人接物。

毕竟他们毕业了以后，首先要面对的，就是如何与人交往，怎样对待上级、平级、下级，以什么样的态度投入工作……诸如此类的基本问题，假如上学时从来没有学过，那即使是名校毕业的硕士生、博士生，身上也常会发生令人意想不到的事情。

不仅世间需要人格教育，其实从佛教的层面来讲，若想成佛，也要先学会做人。“人”都没有做好的话，“佛”是根本谈不上的。因此，假如不懂怎么做人，无论身处哪一个领域中，都是相当困难的。

你们北师大，跟全国的教育有着密切关系，这里的许多老师，也经常参与编教材的工作和会议。如今各个学校使用的教材，从小学到大学，乃至博士生的课程，基本上我都看

过。里面相当一部分知识非常珍贵，对培养人才的作用，是毋庸置疑的。不过，人格教育方面的内容，可能还是有所欠缺，今后若能增加一些，那就最好不过了。



我始终认为，人格教育不论对学生还是老师，都非常有意义。这次我去香港大学、香港科技大学等高校演讲，发现他们的教育方式，特别值得内地借鉴。这些学校的任何一个部门，对各大宗教都不排斥，他们普遍有种理念，认为有信仰的学生比较可靠，不论信佛教或是其他宗教，一个人只要有了信仰，内心至少会有所约束，不敢随心所欲、为所欲为。这一点是令人值得深思的。

二、佛教与现代教育不相违

1、皈依是不是一种迷信?

今天讲的主题，是“佛教的人生教育”。或许有人会问：“佛教跟学校教育的理念和方向，会不会背道而驰、完全相反？”

实际上绝对不会。这个问题，我也思考过很长时间。就拿佛教的皈依来说，皈依是皈依三宝——佛、法、僧，这是佛教的基本行为，也是佛教徒的入门标志。一个皈依了的人，不论是老师、学生，会不会就成了一种迷信？皈依对他会不会有什么损害呢？肯定不会。对此，我们可以分析一下。

一、皈依佛：所谓的佛，假如在世界上根本不存在，只是人们在脑海中虚构的，那皈依他肯定不合理。但事实上，2500 多年前，释迦牟尼佛在当时的印度，即现在尼泊尔的蓝毗尼花园中，确确实实降生过。这个遗址，1997 年还被联合国教科文组织列为“世界文化遗产”，也就是说，全世界对此是共同承认的。

佛陀降生以后成为王子，后舍弃王位出家，苦行六年，在印度金刚座成佛，之后到鹿野苑初转法轮，一生中传法 49

年，开演了八万四千法门，并于 81 岁示现涅槃，这是非常公认的一段历史。就像是老子、孔子等历史人物一样，释迦牟尼佛在往昔，也曾实实在在地出现过。而且，他所宣说的佛法，至今仍然保存完好。

其实“佛”是梵语，意为觉悟者。我们不管是什么人，从事什么工作，都需要一种觉悟。皈依佛的意思，就是要依止觉悟者，如同世间人依止老师一样。所以，皈依佛，跟我们的日常理念并不相违。

二、皈依法：法，指佛陀所揭示的真理，可以让人们离苦得乐。这种真理以文字形式存在，叫经律论三藏；若在人的内心现前，就叫戒定慧三学。

我们有了戒，才能生定；有了定，才能生慧。若想获得觉悟，这三者是任何人都不可缺少的。

那么，“戒”是什么呢？通俗地说，就是行为规范，用来规范人的言行举止。有些人一听到“戒”，就有点害怕，觉得佛教的条条框框特别多。其实不仅仅是佛教，就算是小学、中学、大学，学生们要守的校规也不少，乃至任何一个正规的团体，都有必须遵守的许多纪律。

其次是“定”。做任何一件事，如果心不稳定，一直处于浮躁、散乱的状态中，那什么都做不成。包括老师传授知识、学生搞课题研究，心也都需要安定下来。

最后是“慧”。有了行为规范，心也定了，才能产生取舍的智慧。否则，不知取舍、不会辨别，所作所为就是颠倒的。

所以，佛法的戒定慧三学，涵摄了人类的智慧精华。佛陀证悟并宣说了这样的真理，故而被称为觉悟者。

这一点，并非因为我是佛教徒，就在这里自卖自夸，许多著名的科学家、哲学家，对此也是异口同声承认的。比如，爱因斯坦说过：“任何宗教如果有可以和现代科学共依共存的，那就是佛教。”德国著名的哲学家尼采也说：“佛教是历史上唯一真正实证的宗教。”既然他们都承认佛陀是觉悟者，佛陀的智慧也经得起长期推敲，那如果把信佛当成迷信，与民间的鬼神之说混为一谈，这就大错特错了。

三、皈依僧：僧，是追随佛陀足迹，修学真理、追求觉悟的人。如果想获得觉悟，在这个过程中，必须依止这样的同行助伴。

可见，皈依佛、法、僧这三者，无论从逻辑上论证，还是从道理上分析，都是可以接受的。一个人如果皈依三宝、信仰三宝，对自己绝不会有任何损害。

2、十善是不是一种教条?

除了三皈依以外，佛教中还提倡十善，也就是要行持十种善业，断除十种不善业，以此规范人们的行为。

十不善业包括：身体的三种不善业，杀生、偷盗、邪淫；语言的四种不善业，妄语、粗语、离间语、绮语；意识的三种不善业，贪心、嗔心、邪见。断除了这十不善业，即是十善业。

这些要求，实际上适合每一个人。大家也可以想想，普通人需不需要行持十善，断除十种不善？肯定需要。所以，佛教徒应当遵守的，非佛教徒也不例外，只有这样，才算是一个合格的人。

下面对十善进行具体分析：

1）身体的三种善业

一、不杀生：在这个世界上，不杀生的根本是不杀人，这是任何国家都要奉行的法律。

不过，现在的法律规定，不能杀害已出生的人，而杀害未出生的胎儿，即堕胎，却是允许的。这有点不太合理。为什么人在肚子里可以杀，出生之后就不能杀了呢？这在逻辑上说不过去。但由于没有法律制止，如今中国的堕胎现象非常严重，据官方数字显示，每年记录在案的堕胎手术，就有1300多万例，这个数字相当可怕。

在佛教中，制止一切杀生行为，不仅是杀人、堕胎，乃至剥夺动物的生命，也是不允许的。

二、不偷盗：众所周知，偷盗是极其低劣的行为。任何一个有修养的人，对此都会非常排斥。

三、不邪淫：古人说："万恶淫为首。"若想家庭美满，夫妻双方就要断除邪淫，过清净的生活。

这是佛教对身体方面的三个要求。若能做到这些，且不说别的，至少家庭会更加和睦，社会也会更加和谐。

2）语言的四种善业

一、不妄语：妄语，就是说假话。现在这个社会，到处都充斥着妄语。尤其是一些商品，本来不适合人们使用，但用虚假的语言一打广告，一传十、十传百，大家就信以为真、纷纷解囊，最终损害了无数人的身心健康。

常说妄语的人，就会失去别人的信任，到头来只能害了自己。俗话说："一朝被蛇咬，十年怕井绳。"毕竟，别人被骗得了一时，也不可能被骗一世，假如你经常喜欢骗人，今后在哪儿都会很难立足。

二、不粗语：指不能恶口骂人。一个家庭或集体中，如果整天互相骂脏话，动不动就恶言相向，那身处其中的人就会特别痛苦。所以，断除粗语，尽量说柔和语，对自他来说也是一种享受。

三、不离间语：指不能挑拨离间、搬弄是非。现在人与人之间、单位与单位之间、部门与部门之间的很多矛盾，都是离间语造成的。由此，它的危害性确实可见一斑。

四、不绮语：绮语指没有意义的无稽之谈。如今网络上、电视上的很多语言，对人生没有点滴利益，讲这些完全是在浪费时间。尤其是一些流行歌曲，唱的全部是绮语，只会让

人心越来越散乱、越来越迷失。



然而，许多人没有发现这一点，看到一个歌星唱歌，就像发疯了一样扑上去。其实，什么理由让你如此欢喜？是歌词充满了哲理，还是声音充满了智慧？这些都不一定具足。但有些人就非常肤浅，拼命地盲目崇拜，只要能刺激感官，就开始疯狂，根本不需要什么理由。

以上语言的不善业，佛教中都要求断除。如此对人们会不会有利益呢？大家也可以分析一下。

3）意识的三种善业

一、断除嗔心：嗔心大的人，谁都不愿意接近。不论你是什么人，如果总爱发脾气，即使在其他方面非常有才，别人对你的评价也会大打折扣。倘若是一个出家人，经常生嗔心的话，修行也好不到哪儿去。且不说产生一刹那的嗔心，就能摧毁无量劫功德，单单从世间角度而言，脾气不好的人，大家也特别害怕，甚至跟他说话，都要看他的脸色，生怕一不小心就触怒他。这样的人无论呆在哪个团体中，都不会招人喜欢。

二、断除贪心：贪心，就是贪人、贪财物、贪名声、贪地位等。现在人们的贪心特别重，该有的、不该有的，都想统统据为己有。随着物质水平的不断提高，很多人的欲望却有增无减，永远没有满足感。他们有一套房子，还想买别墅，在中国有房子还不够，还想在加拿大买一套，在澳洲也买一套……贪心的坑始终都填不满。

三、断除邪见：邪见就是对真理有一种排斥或偏见。比如，善有善报、恶有恶报的因果规律，本来是客观存在的，人们却不相信；上有天堂、下有地狱，本来是非常甚深的道理，许多人却嗤之以鼻。

最近，我看了西方科学家的一些研究资料，他们有许多

依据可以证明天堂地狱、前世后世存在。但现在很多人却以种种原因，对自己的前世后世，要么持怀疑态度；要么根本不承认，一味地排斥；要么半信半疑，虽然有点相信，但却从不关心……这些见解都叫做邪见。这种邪见蔓延于整个世界，是非常可怕的。

所以，断除十不善、行持十善业，不单单是佛教的行为规范，也是每个人需要遵循的准则。有了它，对自己、对社会都会有莫大的助益。

三、两种与人生密切相关的佛教思想

1、前后世真的不存在吗?

我曾与很多老师、学生交流，也学到了不少知识，他们对社会问题的关心，对自然科学和社会科学的了解，远远超过我们这些出家人。但他们对待出世间真理的一些态度，却常常让我的遗憾之情油然而生。为什么呢？因为人明明存在前世后世，许多人却根本不信，包括一些佛教徒，口头上虽然不说前后世不存在，但他们的所作所为，只是为了今生而忙碌，考虑来世的可以说如凤毛麟角。

看到这些现象，我经常想：人类到底是有智慧，还是没

有智慧？未来的岁月如此漫长，他们却不做一点准备，把毕生精力都花在转眼即逝的今生上，忙忙碌碌地不停追逐，实在可惜！

当然，追求一些财富、名声，对有些人来说，可能也是生活所迫，身不由己。但你想过没有：更需要关心的来世，到底怎么办？

还有一部分人，对来世存在比较关心，但他们的关心，也仅仅停留在研究的层面上，真正去修行的，恐怕寥寥无几。尤其是现在的科学家，对佛教的一些理论，虽然比较承认，但也只是承认而已，自己从来没有为此做过任何准备。像爱因斯坦，从他的很多文章来看，他对佛教的空性观，绝对会认可，但在他的生命中，却从来没有修过空性，对生死没有丝毫把握，这也是相当遗憾的！

2、空性思想与量子力学的碰撞

佛教不仅在伦理上是当今所需，其实在科学上，它也毫不输人。

尤其是当今的量子力学，完全可以解释佛教的超胜。虽然在这方面，我研究得不是很透彻，但对佛教与科学之间的

关系，还是多多少少作过一点了解。

前不久我在香港交流时，有人就提问："色不异空，空不异色"的道理不好懂。于是我用量子力学的道理，给他解释说："任何一种物质的组成，物理学家认为，可以从分子抉择到原子，再到质子、中子、夸克、亚夸克……最后的结论是一种细微的能量。这种能量是万法的作者，它遍及每一个法，跟佛教中的空性比较接近。所以，《心经》中的'色不异空，空不异色'，也可以解释为'色不异能量，能量不异色'。"

这种推理，物理学家应该也不能否认。佛陀早在 2500 多年前就揭示的道理，到了 20 世纪，成为量子力学的惊人发现，这不正说明了佛陀智慧的超胜吗？你们在座的，有些是佛教徒，有些不是，但是什么身份都不要紧，今天在这里我们不是只讲佛教，也可以共同探讨科学。

当然，佛陀所讲的"空"，千万不能理解成什么都不存在，如碗里没有东西一样空荡荡。其实，万法的本体虽然是空，但仍有一种不可思议的显现，这就称之为缘起性空。

如同数学里的"0"，我们不能认为它不起丝毫作用。任

何一个数字，加上“0”或减去“0”，没有任何变化，但乘以“0”，却会变成 0；在数字后加几个“0”，马上就会身价倍增。所以，这是数学中的一个奥秘，而空性的作用也可以同样理解。

四、学佛可明白幸福之因

现在很多年轻人，如果能懂一些佛教的基本道理，不说对来世，仅仅是自己的今生，实际上也会受益匪浅。

有些大学生，刚进入大学时，对未来充满了憧憬，认为人生会幸福快乐。可是步入社会以后，现实与理想之间一旦出现差距，内心的落差就无法填补，于是开始选择跳楼自杀。现在这种现象也越来越多，而相关部门往往是在悲剧出现后，才开始找措施、下文件，出一件事情，下一个文件……其实，如果能提前意识到这些问题，并有针对性地进行人生教育，才是最好的解决之道。

比如，应当让青少年尽早知道，这个世界并不完美，痛苦占绝大多数，对此事先要有心理准备，明白自己的学业、事业、爱情等，不可能百分之百顺利。有了这样的观念，当他们走弯路时才有承受能力。否则，一遇到挫折就对自己失

望，进而绝望，正如叔本华所说："对生的恐惧，超过了对死的恐惧，那肯定会选择自杀。"这样就非常不值了。所以，人生在世，一定要有面对痛苦的能力。

从前，汉地有位无德禅师，有一天，他面前来了三位信徒，他们为各自的事烦恼不已，不知如何才能使自己快乐。

禅师首先问他们："你们为了什么而活着？"

第一个信徒说："因为我不想死。"

第二个信徒说："因为我想年老时儿孙满堂。"

第三个信徒说："因为我有妻子儿女。"

禅师听后，说："你们都不会快乐的。"

三个信徒齐声问："那我们怎样才能快乐？"

禅师反问："你们认为得到什么才会快乐？"

第一个信徒说："我认为有了金钱就会快乐。"

第二个信徒说："有了爱情就会快乐。"

第三个信徒说："有了名声就会快乐。"

禅师答："有这样的想法，你们永远都不会快乐。而且，有了金钱、爱情、名声之后，烦恼还会接踵而至。"

三人又问："那我们该怎么办呢？"

禅师说："你们先要改变观念：金钱要布施，爱情要奉献，名声要服务于众生，这样才会终生快乐。"

三人听后恍然大悟，并认识到了快乐的真正来源。

同样，你们每个人也在追求自己的快乐，但快乐的根本因不在外境，而在于自己的内心。尽管外在的钱财、名声、地位、爱人等，对你的幸福也能起一些作用，但它只是一种外缘，并不是决定因素。为什么呢？因为你的心如果很快乐，没有钱财、名声等也会甘之如饴；反之，你的心若不快乐，那外在的一切就算样样具足，也仍会感到非常苦恼。

现在很多人误以为有了钱就肯定幸福，于是拼命地追逐，一直想发财、发财。结果就算你发了财，但真的幸福吗？刚开始两三天也许稍微有点感觉，但久了以后，只有层出不穷的烦恼，不一定有轻松和自在。同样，感情、地位等给你

带来的快乐，也是如此。

五、四法印揭示了人生真相

因此，我建议大家学习一下四法印的道理，以此了解人生的真相，明白该如何去面对人生。

四法印是什么呢？

第一、有漏皆苦：正如刚才所说，在整个世间上，无论是外在世界，还是人类社会，痛苦都占大多数，偶尔有一些快乐，也是不稳定的。

听说你们大学生最关心的有两个问题：一是找份好工作，二是找个好对象。除此之外，再也没有更高的追求了。很多人以为有了这两个因素，人生就会充满快乐。但实际上也不一定，无论是工作还是家庭，都是有漏法，离不开痛苦的本性。而且，如果一个人的性格比较孤僻，道德理念比较差，那就算有了好工作、好对象，也不一定能获得快乐。

第二、诸行无常：世间的万事万物，如地位、财富、名声、青春等，全部是无常变化的。这是无可争辩的一个事实，也是非常重要的一种理念。

这一点，不仅仅是了知就够了，还要经常修行。许多科学家、文学家，口头上会说“一切无常”，但他们从来也没有修过，故而一旦无常现前，自己根本没办法面对。像牛顿、爱因斯坦、伽利略，他们死时是怎么样的？跟普通人一模一样。而佛教中的修行人，纵然没有很高的学问，但由于生前修过无常，一旦得了绝症，接到医院的病危通知，自己也能坦然面对，知道该如何面对死亡。这就是修行与学问之间的差别。

其实，假如你认识到了万法无常，且不说别的，就算在人生旅途中遇到一些悲欢离合，也会想得开：“一切都是无常的，一切都在变化，缘聚缘散，这是正常现象。”所以，通达诸行无常，对每个人来讲非常重要。

第三、诸法无我：通常而言，每个人都是以自我为中心。尤其是现在很多学生，特别特别自私，除了自己以外，根本不关心同学，不关心老师，不关心家人，不关心社会，可以说是“天上天下，唯我独尊”。有了这种心态，未来等待自己的，可能除了痛苦还是痛苦。而只有懂得了“我”不存在，才会明白生命的意义所在。

你们北师大在全国来讲，学风是比较好的。我认识一个

人是这里毕业的，我曾问她：“北师大留给你的最深印象是什么？”她回答：“很多女同学不爱打扮，比较淳朴，比较诚实。”这种学风确实值得赞叹。



我以前也读过一个小地方的师范，不过没读完就跑去出家了。我们那个学校，让我最痛苦的是什么？就是每个礼拜换一次衣服。班里有钱的同学，不知道他有多少套衣服，只知道洗一次就换一次。而我是从偏僻牧区来的，换来换去也只有两套，衣服上还缀满了补丁，同学们因此就看不起我，经常嘲笑我。

当时我的汉语也不太好。记得刚上师范时，一次在班会上，老师点到谁的名字，就让他站起来发言。我坐在大家的中间，听到点我的名字，就信心十足地站起来，用自己最标准的“普通话”讲了一通。结果老师听后愣了半天，皱着眉

头说："你不要讲牧区的藏语，用汉语再讲一遍。"（众笑）

你们现在各方面的条件，应该是很好的，跟我当时比起来，确实有天壤之别。这个时候，希望大家不要把时间、精力都用在吃喝玩乐上，而应当用来追求学问，探索像"诸法无我"这样的甚深道理。

有人可能会问："既然诸法无我，'我'是没有的，那么谁上天堂、谁下地狱？"其实这是非常简单的问题。刚才也讲了，"色不异能量，能量不异色"。拿我面前的这张桌子来说，桌子就是能量，能量就是桌子，你不可能说："桌子如果是能量，上面怎么放杯子啊？"这种说法，就已经混淆了现相和实相的概念。

要知道，所谓的空性，是从胜义实相来讲的，而并不是说在现相中，也什么都不存在。就像在物理学中，从现相上，这张桌子是存在的，而在实相中，除了能量以外，什么也得不到。所以，佛教所说的哪些地方空，哪些地方不空，这个一定要分清楚。

第四、涅槃寂静：通过抉择万法的本质，证悟了万法皆空，真正通达"我"不存在，这样的境界就叫涅槃，它是最

彻底的快乐。

这种快乐，并不是像你买了一栋房子，第一天兴奋得不得了，过了两三年就没感觉了；也不是像你买了一辆好车，刚开始特别满足，过不久就没有新鲜感了；或者住在五星级宾馆里，刚进去时，“哇，好舒服”，但过了几天就习以为常了。世间有漏法所带来的快乐，都是短暂的，不具有稳固性，暂时你可能有一些感觉，但时间长了就没有了，甚至还可能变成痛苦。

明白以上这些道理，对每个人来讲至关重要。所以，我经常想：现在的学校教育中，应该让大家学一些佛教的知识。当然，这并不需要以皈依为前提，不是一学佛就要成为佛教徒、出家人。但是，既然你们都追求真理，就应该以广阔的胸怀，看看佛教是否揭示了人生真相。如果它明明讲得很有道理，你却不承认，甚至一概排斥，那就不是智者的正确态度了。

六、为人师表，传播真理

在座的各位同学，无论是现在自己学习，还是以后教育学生，都应该让自他成为有道德、有修养的人，而不要经过

十几年的教育，培养出来一个个自私自利、冷漠无情，只关心自己、不顾周围的人。

像前不久发生的“小悦悦事件”，虽然不能说明如今所有的人都是如此，但也从一个侧面反应了当代人的整体素质和道德修养。所谓的修养，除了佛教中讲了很多以外，其实《论语》、《弟子规》等儒家思想中也有不少。对于这些道理，大家不但要明白，还要慢慢去串习，让它变成自己内心的一部分。

一个国家，若想成为真正的强国，弘扬自己的传统文化必不可少。前几天有一则新闻说：中国政府给印度的那烂陀寺捐了一百万美金。为什么呢？因为那烂陀寺是 5 世纪到 12 世纪之间的佛教文化中心，也是世界上最早的大学之一。当年唐玄奘也曾在那里“留学”，之后把佛教的真理带回中国，为人类文明做出了不可磨灭的贡献。我们藏传佛教的许多传承祖师，也是从那烂陀寺来的，或者在那里修学过。鉴于那烂陀寺在历史上的重要地位，从 2007 年开始，印度政府准备把它修复起来，并配备一些现代化的教学方式，以及佛教的相关课程。

同样，中国是儒家思想的发源地，却因为受到“文革”

的影响，把自己的传统文化扔掉了。这样的话，受害者是谁呢？就是你们这一代人。因此，希望大家能发挥自己的力量，在力所能及的范围内，拯救传统文化，弘扬有价值的真理，若能如此，也算是报答了老师的恩德。你们的老师，日日夜夜、辛辛苦苦地教书，目的是什么？一方面，当然是自己的一种责任，另一方面，也是希望你们以后能为社会、为人类做出一分贡献。



总之，佛教的教育，是一种善的教育、一种真理的教育。我自己多年来，投入大量时间研究后发现，佛教对现在的年轻人来说，确实不可缺少。而且，若能通过佛教的引导，做任何一件事，不是只为了自己，还想去利益他人，这才是当今社会最需要的，也是非常崇高的一种境界！

附:

北京师范大学问答

『 2011年 11月 30日晚上 』

(一) 问: 我是教育学原理专业的学生。您说最喜欢做的有两件事, 一是看书, 一是以自己微薄的力量, 尽量帮助有缘的人。请问, 什么样的人算是有缘人? 和有缘人相对的, 是不是无缘之人, 对于他们, 我们应该怎么样帮助?

答: 有缘和无缘, 是相对而言的, 每个人都可能是有缘之人。

判断有缘和无缘的关键是, 自己的言行能否让对方获得利益。比如说, 我今天的演讲, 虽然可能讲得不好, 但如果对某个人的智慧增长, 能起一点助缘的作用, 那么他就是有缘人。

而有些人, 虽然知道有这个讲座, 却没有来参加; 或者, 虽然来参加了, 但对我说的内容不感兴趣, 那么, 尽管我心

里想帮助他，但实际上他并没有得到利益，因此是无缘之人。

如果我们想帮助他人，就应该发一颗好心、发一颗广大的心，只要是众生，都应作为自己帮助的对象。当然，假如自己已经努力了，但由于因缘不成熟，对他人起不到作用，那么自己也应该随缘，没有必要痛苦。



（二） 问：是什么原因促使您皈依佛门的？又是什么契机让您选择出家的？

答：藏族的传统跟汉族不太相同，我们藏族基本上是

全民信佛，而且每个人从小就学佛、念佛。藏族有一种说法："孩子会叫妈妈的时候，就会念观音心咒——嗡玛呢巴美吽了。"这不仅是一个说法，实际情况也是如此。所以，对我来说，不存在"为什么会皈依佛门"的问题。

读中学的时候，我对佛法的信心越来越大，并生起了出家的念头，但没有成功。读师范的第一年，我也想出家，还是没成功。后来在读师范学校的最后一年，终于出家成功。

（三）问：我是道德教育方向的学生。请问，您是怎样面对孤独的？很多人都会面临这个问题，在这方面，您对大家有什么建议？

答：有这样一个说法："孤独，是一种寂静；沉默，是一种禅定。"

到目前为止，我好像没有感受过所谓的孤独。世人认为的孤独，对修行人来说，其实是一种寂静的快乐。就像长年累月在山洞闭关的修行人，他会不会因此而寂寞呢？肯定不会。

我家乡有一个出家人，在拉萨附近的山洞里闭关了十二

年。前不久他回来了一趟，我问他："你在十二年中，天天都坐在山洞里，连太阳光都照不到，会不会寂寞，会不会痛苦呢？"他说："没有啊，在山洞闭关的快乐，简直无法言表！反而来红尘一趟，我特别不习惯，马上就想回去。"

因此，世间上很多的单一状态，在常人看来，是一种孤独和伤感，但如果自己没有这样的执著，并乐在其中，那就不会是一种痛苦。就像天上的月亮，也只有一个，但它发出的光却那么美，能照亮大地、开启莲花，给很多人带来快乐。

（四）问：我是教学部的老师。佛教能安顿我们的心灵，给世界带来祥和，但我们也可以看到，现在佛教兴盛的地方，比如泰国、尼泊尔、印度，以及西藏，经济都不太发达。而世界上的发达国家，佛教并不是很兴盛。

现在有种说法是，个人幸福指数=拥有÷欲望。也就是说，要提高幸福指数，有两个途径：一是发展经济，让人们拥有得更多，西方走的就是这条路；另一个途径就是节制欲望，也就是佛教所提倡的。

我的困惑是，这两种方式如何圆融？如果选择节制欲望，那么，还承不承认经济发展对人类幸福的贡献？



答：经济发展对人类的幸福，是有积极作用的。但佛教对幸福的定义，并不完全跟财富划等号。

我也承认，现在佛教比较兴盛的地方，不论是泰国，还是西藏，经济方面都不是特别富裕。这个原因，可以从两方面来分析：

一方面，从因果规律来说，今生信仰佛法、造下善业，并不是马上就能成熟果报的，有些善业要等来世才会成熟。因此，这些地方现在比较贫穷，可能是人们昔日没造过财富圆满的善业。

另一方面，经济发达、拥有财富，并不等于人们非常幸福。就拿中国来说，经济上取得了突破性的发展，但人们的幸福指数，却比十年前降低了很多。所以，人们的幸福，并不与拥有的财富成正比。

佛教的财富观是，既不主张过于贫穷，以至于生活都没办法维持；也不赞叹过于奢侈，完全沉溺于物质享受。而是选择一个中道，一方面要能维持基本生活，另一方面，也不盲目地追求财富。在这种状态下，幸福才最容易获得。

（五）问：我是教育法学专业的博士研究生。佛教提倡修身养性，提高道德修养，从而自觉规范自己的行为。而法律，则是通过一种外在的强制力，来规范人们的行为，非常强调惩罚。在我看来，不管是佛教，还是法律，大家都有一个共同的目标，就是让世界没有犯罪，从而更加和谐。而在这方面，法律似乎显得有些力不从心，比如制定的法律越来越多后，却发现，法律的漏洞也越来越多，人们的不良行为频频出现。

所以，我想问您：佛教在和法律共同合作，使社会更加和谐方面，应该起什么样的作用？

答：佛教主要强调自净其意，也就是调伏内心。关于如何调伏内心，有一个很好的比喻：比如，为了保护自己的脚，在大地上行走时不被荆棘等伤害，而把整个大地全部铺上皮革，这肯定是不现实的。最好的方法是什么？是用小小的一片皮革做成鞋垫，这样一切问题就解决了，你穿着鞋子到处去，脚也肯定安全，不会被东西刺伤，这就相当于覆盖了整个大地。同样的道理，如果人们的内心有所约束，行为自然得到规范，很多不如法行为也就渐渐消失了。

所以，假如每个人内在的修养有所提高，那么，法律在规范行为方面的压力，自然就会减轻。

像我所在的佛学院，大概有六七千人，但附近的派出所在维护治安方面，基本上没什么事可做，因为大家都是佛教徒。试想，倘若是一个六七千人的非佛教群体，可能经常有各种违法行为，而民警们，则是白天晚上都拿着电棒，维持治安。我有时候跟派出所的负责人开玩笑说："佛学院里全是佛教徒，所以你们经常没事干；这些不是佛教徒的话，你们可能天天都得加班，晚上也需要上夜班。"

所以，一个社会若认识到了道德的重要性，并且人们的修养很高，那么，即使没有很多法律，人们的行为也会如法。

就像治病一样，病根已经祛除了，其他症状自然不会构成威胁。

当然，这也并不是说，法律就完全没有作用了。对于一些刚强难化的野蛮众生，在某些时候，还是要用法律来制裁。佛教的教言中也有这样的要求。

（六）问：我是教育政策与教育法学专业的博士生。您是我见过的，唯一一位学院派的佛学者，或者说是学者型的法师，不知这样称呼对不对?

因为我老家是安徽农村，那里也有很多人信佛，但在他们的信念和语言中，超越性的事物特别多，比如鬼神等。我对这些并不相信，因为依靠我有限的认知结构，觉得这些无法成立。而您讲的很多道理，包括人生信条与道德修养等，我是很赞同的。

因此我想问您：超越性的事物，占佛教思想的多大部分？这些事物为什么在你们的理解能力范围内，是可以成立的？

答：其实我也不算是学者型的法师，更不愿意成为一名只是研究理论的学者。因为很多研究佛教的学者，分别念

比较重，对佛教的很多理论和实践，经常这里看不惯、那里看不惯，而且，他们所作的很多评论，都是不正确的。

学佛必须要有一种体验、一种修行，佛教徒若整天都是夸夸其谈，而不关心修行，这是我不太喜欢的。只不过今天跟你们交流时，用到的全是一些理论、推理。

佛教里讲的超越性事物，包括鬼神，的确是有。现在很多年轻人，因为没有亲眼见到，就一概不承认。其实暂时你不接受也可以，但千万不能说，看不见的东西就不存在。以前一些美国总统，如林肯、里根，他们身边的人也不承认鬼神，但后来这些真在白宫中出现了，他们也不得不承认。

虽然我刚才说释迦牟尼佛不是神，但在这个世界上，鬼和神确实有。你们在城市里，不一定能感受到，但若到了一些特殊环境中，很可能就有亲身体会。

所以，希望很多年轻人，对于超出自己知识的领域，不要随便就一口否认。像藏地的虹身成就，对很多人来说，也是一种超越性的现象。但有些高僧大德圆寂时，确实身体可以化为光，肉体一点都不剩下。这方面在历史上，包括近代，都有很多的事例。

前段时间，我去法门寺的地宫，朝拜佛指舍利时，也看到一些领导见舍利发光的照片。因此，超越性的事物，虽然超出了一般人的认知范围，但事实上，它的存在是无法否认的。



问：您说人生中痛苦占多数，快乐是短暂的。我虽然才二十几岁，但已深刻地体会到了这一点，因此很赞同您的观点。

不过，我有个疑惑是：痛苦是欲望太多导致的，但如果要禁欲，则会带来新的痛苦。比如，佛教主张吃素，但让我

不吃肉的话，我会感到痛苦；如果不让我结婚，我肯定也很痛苦。因此，为了消除痛苦，就要减少欲望，但减少欲望本身又带来了新的痛苦，这个矛盾怎么解决?

答：吃素或者持戒，如果对你来说非常痛苦、难以做到，佛教也并不会强迫你必须做，而是可以根据每个人的根基，循序渐进地进行。

比如，佛教中的居士五戒，你可以只受一条，也可以受两条、三条、四条，或者五条全部受持。在五戒都能做到的情况下，假如因缘具足，还可以受更高层次的戒律，比如八关斋戒、菩萨戒等。并不是你自己不想受戒，非要让你受；或者自己根本做不到的事，非要让你做，没有这样的要求。因此，佛教的戒律和修行，是根据各人的根基来选择的。

但你如果没有受持戒律，行持一些不如法行为，果报也是不虚的。因此，即使没有受戒，对于伤害众生、危害社会的行为，还是要尽量制止。

（七）问：我是教育学的学生。有句话说："小隐隐于林，大隐隐于市。"请问，在家修行、到寺庙修行或闭关，还有就像您这样云游，这几种修行方式，哪种比较适合我

们？另外，不同的环境，对于我们的修行，有什么不同的作用和影响？

答：每个人的根基和缘分都不相同，因此，什么样的修行方式对自己最适合，也不能一概而论。

其实，我也不是真正的云游。今天上午，我还跟个别佛友说："很想早点回佛学院去。不然，在城市里呆太久了，经常是琐事缠身、杂念纷飞，这对修行人来说不是很好。而在佛学院里，心会比较清净。"所以，我只是偶尔出来"云游"。

不管是云游，还是在寂静处修行，甚至上班也好、在学校学习也好，最重要的是，每个人要经常观察自己的心，反省自己，这就是一种修行。如果修行好一点，吃饭、上班、骑自行车等，无论做什么事，都能观察自己的身体、语言、心态处于什么状态中。因此，有智慧的人，经常反观自己，一日三省。而没有智慧的人，即使是给别人传法，或者做很多善事，但目的可能是自私自利的，根本没有想到社会和众生，这样的话，只是一个表面行为罢了，意义不是很大。

所以，修行最关键的是心，表面的形象并不重要。心善

则一切都善；心恶则一切都恶。

（八）问：我是教育学原理专业的学生。请问，释迦牟尼佛的人生，是什么样的人生？他的生活为什么快乐？您刚才讲“诸行无常，诸法无我”，既然世间的快乐都是短暂的，为什么单单佛教徒的快乐、成佛的快乐是永恒的？

答：释迦牟尼佛出家前是王子，过着非常美满的皇宫生活，也有许多嫔妃，但后来他认识到，每个人都要面对老病死苦，皇宫的生活也会好景不长，应该寻找永恒的快乐，于是舍弃尘世的一切，前往寂静地方修行。通过修行，他获得了大彻大悟，这种境界，可以称之为永恒的大乐。

而世间的快乐，都是无常的，不离行苦的自性，跟在快乐后面的，往往是痛苦。就像我刚才讲的，世间人追求的快乐，在刚开始，可能觉得是一种快乐，但时间长了，就没什么感觉了，甚至会变成痛苦。

当然，并不是每个佛教徒的生活都很快乐。有些人表面上是佛教徒，但实际上并没有将佛法融入自心，这样的话，不一定能调伏烦恼，经常也会流泪、痛苦。

但佛陀的境界，完全是永恒的快乐，为什么呢？因为这种境界净除了所有烦恼障和所知障，一切执著消于法界，现前了色身与法身双运的果位。

当然，没有一些佛教专业知识的人，听了这些不一定能理解。但如果你证悟了这种超胜境界，就能完全远离世俗的执著，根本不会有痛苦。因为所有痛苦都源于我执，都跟“我”有关，人们的苦和泪，归根结底就是执著“我”而产生的。而佛菩萨断除了这种我执，因此，获得了不可思议的无比大乐。

檀传宝教授结语：

今晚，是一个非常充实、非常圆满的夜晚。

关于佛教，我在很多年前，就听过一位高僧的教诲，他跟堪布讲的一样，说佛教在某种意义上，并不是一种宗教，而是一种教育。尤其从道德层面来讲，佛教提供了非常好的思路和方法，这跟我们日常生活中的道德，有非常契合的地方。

我们研究中心，以及在座的各位，对道德教育之所以热心，我认为有两个原因：第一、道德教育，能让我们的人生

因具有德性而充满智慧，进而获得幸福；第二、我们北师大教育学部的老师和同学，对这个国家来讲，可能应该担负起更多利益众生的使命。

所以，今天晚上，不仅是我们个人接受了一次智慧的启迪，同时我相信，堪布的智慧为未来教育学的研究与学习，为未来我们更好地服务于中国教育跟社会发展，也一定是贡献良多。让我们以最真诚的掌声感谢堪布！

